

دکتر محمد عثمان نجاتی

حدیث و روانشناسی



ترجمه
حمیدرضا شیخی

بسم الله الرحمن الرحیم

حدیث و روان شناسی

نویسنده:

محمد عثمان نجاتی

ناشر چاپی:

بنیاد پژوهشهای اسلامی آستان قدس رضوی

ناشر دیجیتالی:

مرکز تحقیقات رایانه‌ای قائمیه اصفهان

فهرست

حدیث و روان شناسی

مشخصات کتاب

سرشناسه : نجاتی، محمد عثمان، ۱۹۱۴- م.

عنوان قراردادی : الحدیث النبوی و علم النفس . فارسی

عنوان و نام پدیدآور : حدیث و روان شناسی/ محمدعثمان نجاتی؛ترجمه حمیدرضا شیخی .

مشخصات نشر : مشهد: بنیاد پژوهشهای اسلامی، ۱۳۸۸.

مشخصات ظاهری : [۳۴۳]ص.

شابک : ۴۱۰۰۰ ریال:۹۷۸-۹۶۴-۹۷۱-۲۲۵-۳ ؛ ۸۶۰۰۰ ریال (چاپ سوم)

وضعیت فهرست نویسی : فاپا

یادداشت : چاپ اول : ۱۳۸۷(فیپا).

یادداشت : چاپ دوم.

یادداشت : چاپ سوم: ۱۳۹۱.

موضوع : روان شناسی اسلامی -- احادیث

موضوع : خودسازی -- جنبه های مذهبی -- اسلام

شناسه افزوده : شیخی، حمیدرضا، ۱۳۳۷ -، مترجم

شناسه افزوده : بنیاد پژوهش های اسلامی

رده بندی کنگره : BP۱۱۷/۲۵ /ر۹ ن۳۰۴۱ ۱۳۸۸

رده بندی دیویی : ۲۹۷/۴۸۵

شماره کتابشناسی ملی : ۱۲۲۰۲۶۶

ص:۱

اشاره

فهرست مطالب

فصل دوم

فصل دهم

پیش گفتار

دیرگاهی است که بررسی مفاهیم روان شناختی در قرآن کریم و احادیث

گران سنگ پیامبر صلی الله علیه و آله را وجهه همّت خویش ساخته ام، و هدفم از این کار رسیدن به دریافت دقیقی از مفهوم اسلامی انسان است. نیز شناخت دیدگاه اسلام درباره عوامل اصلی شخصیت بهنجار و بهداشت روانی و عوامل انحراف و نابهنجاری و بیماری روانی، و راه های درست اصلاح رفتار و روان درمانی، و عوامل خوشبختی و تیره بختی انسان، و بهترین روش برای برخورداری از زندگی آسوده و آرام و سعادتمندانه مورد نظرم بوده است. این شناخت، به نظر من، ضروری است از آن روی که شخصیت انسان را به درستی بفهمیم تا بهتر بتوانیم عوامل انحراف و تیره روزی و بیماری روانی او را بشناسیم و در راهنمایی و ارشاد و درمان وی تواناتر باشیم. افزون بر این، شکّی نیست که این شناخت به ما امکان می دهد تا دستامدهای علمی روان شناسی نوین درباره انسان و زندگی روانی او را وارسی و بازبینی کنیم، و وجوه اشتراک و افتراق آن ها با مفهوم اسلامی انسان را بشناسیم و حقایقی را که میراث اسلامی ما درباره زندگی روانی انسان در اختیار ما نهاده است، درک کنیم.

روان شناسی ای که اکنون در دانشگاه های کشورهای عربی و اسلامی خوانده می شود، برگرفته از غرب است. وصفی که این روان شناسی از انسان به دست می دهد و واقعیت هایی که از او می گوید بر پایه پژوهش هایی است که غالبا در

جوامع غربی غیر اسلامی انجام گرفته اند. نیز این جوامع از انسان و زندگی برداشت خاص خود را دارند. نیز فرهنگ و هنجارها و ارزش های خاص خود را دارا می باشند. تردیدی نیست که این عوامل تأثیر فراوانی در هدایت کردن پژوهش های روانی که اغلب در این جوامع صورت می پذیرند، به سوی بررسی موضوعاتی دارند که با برداشت آن ها از ماهیت انسان و رسالت او در زندگی و هدفش از آن، و فرهنگ و هنجارها و ارزش ها و فلسفه زندگی حاکم بر این جوامع سازگار باشد. برای نمونه، اهتمام زیگموند فروید به غریزه جنسی در بررسی عوامل بیماری های روانی، عمدتا ناشی از فرهنگ عصری است که وی در آن می زیسته است؛ این فرهنگ غریزه جنسی را امری پلید می شمرد و فعّالیت جنسی را عمل شرم آور و زشتی می دانست که انسان فرهیخته باید از آن پرهیز کند. بی گمان این نگرش در رویکرد مبالغه آمیز فروید به غریزه جنسی تأثیر گذاشت، چندان که بیماری روانی را ناشی از سرکوب انگیزه جنسی دانست. نمونه دیگر، ستایش فرهنگ معاصر امریکا از پیشرفت در کار و بها دادن بسیار به رقابت و برتری و موفقیت است که به پیدایش تحقیقات و مطالعات فراوانی در جامعه امریکا پیرامون انگیزه پیشرفت، سطح آرزو، و رقابت انجامید. نمونه دیگر، آن دسته از جوامع غربی است که رویکردهای مادی به زندگی بر آن ها حاکم شده و از توجّه به جنبه های معنوی و دینی دور گشته اند. در این جوامع، مطالعات و پژوهش های روانی متوجه موضوعاتی است که به جنبه های مادی و زیستی و اجتماعی رفتار انسان مربوط می شوند و از مطالعه جنبه های روحی - معنوی و تأثیر آن ها بر رفتار غافل گشته اند. هم چنین ملاحظه می شود که روان شناسان جدید، هم نوا با رویکرد مادی که بر فلسفه آنان در زندگی حاکم است، بررسی تأثیر دین و جنبه های معنوی در بهداشت روانی را وا می نهند و در بررسی شاخص های بهداشت روانی، توجه خویش را بر کار آمدی و فعالیت در بسیاری از امور عینی و روزانه زندگی مانند توانایی فرد در بهره مندی از روابط اجتماعی اش، توانایی او در ارضای نیازهای مادی و دنیوی، و موفقیت او در کار

و زنـدگی زناشویی اش، متمرکز می کنند. نیز ملاحظه می شود که در روش های گوناگون روان درمانی به بهبود بخشیدن به جنبه دینی در بیمار روانی بهایی نمی دهند که این نیز هم سو و هم نوا با فلسفه مادی آنان در زندگی است.

از این نمونه های اندک روشن می شود که گاه پاره ای از مفاهیم روان شناسی نوین که در کشورهای غربی غیر اسلامی پدید آمـده است، با برداشت و دیـدگاه اسـلامی ما از انسان همسازی نـدارد. بنابراین، ما نیازمنـد آنیم که در بسیاری از این مفاهیم بـازنگری کنیم و آن هـا را، در پرتو نگرش اسـلام از انسـان، بکاویم و اصـلاحات یا تغییراتی را در آن ها به وجود آوریم تا با مفاهیم اسلامی ما سازگار، یا دست کم نامتعارض شوند.

دو منبع اساسی اسـلامی که می توان دیـدگاه درست اسـلام درباره انسان را از آن ها استخراج کرد، یکی قرآن کریم است و دیگری حدیث شریف پیامبر صلی الله علیه و آله. ما در این دو منبع به بررسی مفاهیم روانی و حقایق مربوط به زندگی روانی انسان پرداخته ایم بـدان امید که بتوانیم یک دیدگاه درست اسـلامی از انسان ارائه دهیم؛ دیدگاهی که بر شالوده آن مطالعات جدیدی در روان شناسی صورت پذیرد و در نهایت، از مجموعه این مطالعات و تحقیقات مکتب نوینی در روان شناسی پدید آید که بتوان آن را مکتب اسلامی در روان شناسی نامید.

نگارنده، در سال ۱۹۸۲ نخستین چـاپ کتاب القرآن و علم النفس(۱) را که در آن مفاهیم روانیِ آمده در قرآن کریم بررسی می شود، منتشر کرد. از همـان زمـان نیز به بررسی مفـاهیم روانی در حـدیث پیـامبر صـلی الله علیه و آله پرداخت. حاصل این تلاش کتاب حاضر است که تحت عنوان حدیث پیامبر و روان شناسی تقدیم می شود. این کتاب، در واقع، تکمله کتاب قبلی یعنی قرآن و روان شناسی است؛ چرا که این دو، روی هم رفته، دیدگاه و تصوّر اسلامی از انسان را در اختیار ما می گذارند.

۱- این کتاب چند سال پیش با نام قرآن و روان شناسی از سوی بنیاد پژوهشهای اسلامی آستان قدس رضوی منتشر شد که با استقبال شایان اهل علم و نظر مواجه گردید.

در کتاب حاضر احادیث پیامبر صلی الله علیه و آله که به جنبه های گوناگون رفتار انسان مربوط می شوند – مانند انگیزه های رفتار، عواطف و هیجان ها، ادراک حسّی، تفکر، رشد، شخصیت، سلامت و بهداشت روانی، و روان درمانی – طرح و بررسی می شود. نگارنده کوشیده است تا در حد توان، احادیث مربوط به این موضوعات را با دیدگاه های روان شناسی مقایسه کند.

در بررسی احادیث از امهات کتب معروف حدیثی، یعنی صحیح بخاری، صحیح

مسلم، سنن ابو داود و نسائی و ابن ماجه و دارمی و مسند احمد، کمک گرفته ام. اگر حدیثی را مستقیما از یکی از این منابع گرفته باشم نام نویسنده آن و شماره جلد و صفحه و حدیث را – اگر شماره ای داشته – آورده ام و چنانچه حدیث را بخاری و مسلم، هر دو، آورده باشند با کلمه «شیخان» بدان اشاره کرده ام.

در بررسی احادیث، افزون بر این کتب، از منابع ذیل نیز یاری جسته ام:

۱ – دکتر مصطفی سعید الخِن و دیگران، نزهه المتقین، شرح ریاض الصالحین من کلام سیّد المرسلین، ابو زکریا محیی الدین یحیی نووی، بیروت، مؤسسه الرساله، ط۷، ۱۹۸. به این کتاب با نام «نووی» اشاره کرده ام.

۲ – عبدالرحمن بن علی معروف به ابن الدیبع شیبانی، تیسیر الوصول الی جامع الاصول من حدیث الرسول، بیروت، دارالمعرفه، ۱۹۷۷. به این کتاب با نام «شیبانی» اشاره کرده ام.

۳ – شیخ منصور علی ناصف، التاج الجامع للاصول فی احادیث الرسول صلی الله علیه و آله، ط ۴، قاهره، دارالفکر، ۱۹۷۵، به این کتاب با نامه «ناصف» اشاره کرده ام.

۴ – حافظ منذری، مختصر صحیح مسلم، به اهتمام محمد ناصرالدین البانی، کویت، الدارالکویتیه للطباعه والنشر والتوزیع، ۱۹۶۹، به این کتاب با نام «منذری» اشاره کرده ام.

۵ – ا. ی. ونسنک، المعجم المفهرس لالفاظ الحدیث النبوی، لیدن، کتابخانه بریل، ۱۹۳۶، به این کتاب با نام «ونسنک» اشاره کرده ام.

در پایان، امیدوارم در حد توان، چهره درستی از مفهوم اسلامی انسان در پرتو حدیث نبوی ترسیم کرده باشم. در این صورت به خواست خداوند، دو مزد خواهم داشت، و اگر به هدف نرسیده باشم دست کم مزد تلاشم حاصل خواهد شد. از خداوند پاک و بلند مرتبه می خواهم این کتاب را مایه تقرب به خود قرار دهد، که او شنوا و اجابت کننده دعاست، و توفیق از اوست.

محمد عثمان نجاتی - ۹ شعبان ۱۴۰۸ه . / ۲۷ مارس ۱۹۸۸م

ص:۱۱

فصل یکم: انگیزه های رفتار در حدیث

اشاره

انسـان نیازهـای فراوانی دارد که برخی از آن ها اساسـی و گریزناپذیرنـد، زیرا حفظ حیات و بقای نوع او بسـتگی به این نیازها دارد، و برخی برای تحقق امنیّت روانی و سعادت او مهم و ضروری اند. این نیازها انسان را به فعالیتی سازگار برای ارضا بر می انگیزند.

نیازهای انسان، گاه فیزیولوژیکی هسـتند، یعنی به اختلالی که در تعادل عضوی و شیمیایی بدن رخ می دهد مربوط می شوند،ماننـد کاهش مقـدار غـذا در خون، یا کاهش مقدار آب در بافت های بدن. پس، این نیازها انگیزه های لازم را برای تلاش در جهت دستیابی به غـذا یا آب برای ارضا فراهم می کننـد. این انگیزه ها را فیزیولوژیکی می گویند. این ها انگیزه هایی فطری و نـاآموخته انـد و عمومـا، حیـوان و انسـان در آن هـا مشترکنـد. ایـن انگیزه هـا عبارتنـد از: گرسـنگی، تشـنگی، نفس کشـیدن، آسودن(خواب)، دوری کردن از گرما و سرما، قضای حاجت، دوری از درد عضوی، انگیزه جنسی، انگیزه مادری.

در کنار این نیازهای فیزیولوژیک، انسان نیازهای فراوان دیگری هم دارد که

روانی و روحی هستند. برخی از این نیازها، برای تحقق امنیّت روانی و سعادت او مهم و ضروری اند. برای مثال، انسان در ژرفای جان خویش نیاز به شناخت خداوند متعال و احساس امنیّت و آرامش حاصل از این شناخت را احساس می کند. هم چنین نیاز به تعلّق به یک گروه را احساس می کند، و این که در میان اعضای گروه خود پذیرفته و محبوب و مورد تقدیر و احترام باشد؛ چیزی که زندگی آسوده و سعادتمندانه او را در گروهش تحقق می بخشد. دیگر: احساس نیاز به پیشرفت، موفقیت، برتری، تحقق بخشیدن آرزوها و بلند پروازی هایش در زندگی که به او اعتماد به نفس می بخشد، رضایتمندی و سعادت او را فراهم می سازد. افزون بر این ها، انسان نیازهای فراوان دارد که در فرایند اجتماعی شدن او پدید می آیند.

قرآن کریم بسیاری از انگیزه های فیزیولوژیکی و روحی - روانی انسان را بیان کرده که نگارنده، پیشتر، در کتاب قرآن و روان شناسی(۱) به بررسی آن ها پرداخته است. در احادیث پیامبر صلی الله علیه و آله نیز به پاره ای انگیزه های اساسی فیزیولوژیکی و روحی - روانی انسان اشاره شده است، و این موضوعی است که ما در این فصل به آن می پردازیم.

انگیزه های فیزیولوژیکی

چنان که پیشتر اشاره کردم، برخی از انگیزه های فیزیولوژیکی مربوط به حفظ خود می شوند و برخی دیگر به بقای نوع. برای مثال، انگیزه جنسی و انگیزه مادری به بقای نوع مربوط می شوند، اما دیگر انگیزه های فیزیولوژیکی به حفظ خود مربوطند. در برخی احادیث نبوی به انگیزه های فیزیولوژیکی اشاره شده است.

انگیزه های حفظ خود

در احادیث شریف پیامبر صلی الله علیه و آله از میان انگیزه های مهم حفظ خود، به انگیزه

۱- محمد عثمان نجاتی، قرآن و روان شناسی، ص ۲۵.

گرسنگی، انگیزه تشنگی، انگیزه خستگی و انگیزه گرمی و سردی، اشاره شده است. برای نمونه:

از پیامبر خدا صلی الله علیه و آله روایت شده است که فرمود: «آدمیزاده را جز در این سه مورد حقی نباشد: خانه ای که در آن سکونت کند، جامه ای که با آن خود را بپوشاند، و نان و آب».(۱)

نیز از ابن خَدّاش از یکی از مهاجران صحابی پیامبر صلی الله علیه و آله روایت شده است که آن حضرت فرمود: «مسلمانان در سه چیز شریکند: در آب و علف، و آتش».(۲)

و از مستورد بن شدّاء روایت شده است که گفت: از پیامبر صلی الله علیه و آله شنیدم که می فرماید: «هر کس برای ما کار می کند زوجه ای بگیرد، اگر خدمتکار ندارد خدمتکاری بگیرد، و اگر مسکن ندارد مسکنی تهیه کند».(۳)

در این احادیث مهم ترین نیازهای اساسی فیزیولوژیکی انسان بیان شده است. انسان برای ارضای گرسنگی به غذا نیاز دارد، برای ارضای تشنگی به آب نیاز دارد، برای حفظ خود از تغییرات جوّی و از گرما و سرمای شدید و از گزند دشمنان و جانوران درنده، و نیز آسودن از رنج و خستگی کار مداوم روزانه به خانه و مسکن نیاز دارد. برای پوشاندن خود و حفظ خویش از صدمات ناشی از گرمای شدید در فصل تابستان و یا سرمای کشنده زمستان به لباس نیاز دارد. برای گرم کردن خود و حفظ خویش از گزند سرما و نیز پخت غذا و ساخت پاره ای ابزارهای مهم مورد نیاز در زندگی روزانه اش، و ساخت جنگ افزار و زره برای دفاع از خود به آتش نیاز دارد.

۱- این حدیث را ترمذی و احمد و حاکم آورده اند، و عبارت از ترمذی است شیبانی، ج۴، ص ۱۴۲ و ج۵، ص۱۶۷.
۲- این حدیث را ابوداود (در کتاب البیوع، حدیث شماره ۳۴۷۷) و احمد (ج۵، ص۳۶۴)، و ابن ماجه (ونسنک، ج۶، ص ۵۱) آورده اند.
۳- این حدیث را ابو داود (در کتاب الخراج والاداره، حدیث شماره ۲۹۴۵) آورده است. [مقصود پیامبر صلی الله علیه و آله این است که: هر کس برای ما کار می کند فقط در این سه مورد حق دارد برای تأمین آن ها، در صورتی که فاقد هر یک باشد، از بیت المال استفاده کند و بیشتر از این سه مورد ضروری حق ندارد برای معاش خود از بیت المال بردارد - م].

نیازهای فیزیولوژیکی در انسان و حیوان مشترک است. از این رو در این حدیث شریف یکی از چیزهایی را که مسلمانان در آن شریکند، علف یا مرتع نام می برد؛ چون غذای مورد نیاز شتران و چارپایان آنان است. در کنار علف و مرتع از آب و آتش یاد می کند؛ چرا که این سه چیز از ضروریات زندگی بدوی حاکم بر جزیره العرب بوده است. حدیث سوم از احادیث پیش گفته، غیر مستقیم به انگیزه خستگی اشاره کرده است، آن جا که می فرماید: «اگر خدمتکار نداشت خدمتکاری بگیرد» تا او را در انجام انبوه کارهای زندگی که اگر به تنهایی انجام دهد دچار رنج و

خستگی می شود، کمک رساند. در این حدیث، هم چنین، به انگیزه جنسی که ما بعدا به آن خواهیم پرداخت اشاره شده است.

انگیزه های فیزیولوژیکی، همچنان که پیش تر گفتیم، در نتیجه مختل شدن تعادل عضوی و شیمیایی بدن که در مطالعات روانشناختی جدید به آن «تعادل حیاتی» (homeostasis) می گویند، پدید می آیند. هنگامی که انگیزه بروز می کند انسان و حیوان را وا می دارد تا برای رهایی از این اختلال و بازگرداندن بدن به تعادل قبلی اش، به فعالیتی هماهنگ دست یازد. از این رو، والتر کانون (Walter Cannon) فیزیولوژیست نامدار امریکایی، معتقد است بدن دارای نوعی خرد است که او را به انواع فعالیت های هماهنگ و سودمند در جهت حفظ تعادل حیاتی اش سوق می دهد.(۱) مطالعات آزمایشگاهی جدید نشان داده است که کمبود برخی عناصر غذایی مهم در بدن میل به انواع خاصی از غذاهای حاوی این عناصر را ایجاد می کند. در یکی از آزمایش ها، غدد فوق کلیوی چند موش برداشته شد، در نتیجه، بدن آن ها مقدار زیادی نمک را از دست داد. سپس در برابر این موش ها چند ظرف آب شیرین و چند ظرف آب شور گذاشتند. مشاهده شد مقدار آب شوری که این موش ها نوشیدند تقریبا بیست برابر بیش تر از مقدار آب شوری است که آن ها پیش

۱- Cannon, W.B.The Wisdom of the Body. New York: Noton, ۱۹۳۲ نیز نک: محمد عثمان نجاتی، علم النفس فی حیاتنا الیومیه، ص۷۶، ۷۷.

از در آوردن غدد فوق کلیوی می نوشیدند. این نشان می دهد که کمبود نمک در بدن آن ها انگیزه نوشیدن آب شور را در موش ها ایجاد کرده است، انگیزه ای که تا پیش از در آوردن غدد فوق کلیوی در آن ها وجود نداشت. آزمایش های دیگری هم بر روی گروهی از کودکان خردسال در مرحله از شیر گرفتگی انجام گرفته است در این تحقیق، وضعیت بهداشتی آنان به دقّت آزمایش، و وزنشان اندازه گیری شد، سپس آن ها را آزاد گذاشتند تا از میان غذاهای گوناگونی که در برابرشان نهاده بودند، هر غذایی را که می خواهند انتخاب کنند. پس از مدتی روشن شد که سلامت این کودکان به نحو آشکاری بهبود یافت. امثال این آزمایش ها نشان می دهد که مختل شدن تعادل حیاتی در بدن ناشی از کمبود عناصر غذایی معیّنی است. این اختلال میل به انواع معیّنی از غذاهای حاوی این عناصر را موجب می شود.(۱)

روشن است که خوردن این غذاها عناصر مورد نیاز را به بدن می رساند، و این به بهبود سلامت کمک می کند.

در حدیثی که عِکرمه از ابن عباس از رسول خدا صلی الله علیه و آله روایت کرده، به این واقعیت اشاره شده است، ابن عباس می گوید:

پیامبر صلی الله علیه و آله به عیادت مردی رفت و به او فرمود: چه اشتها داری؟». عرض کرد: «اشتها به نان گندم دارم» در روایتی دیگر آمده است که گفت: «اشتها به کاک دارم». پیامبر صلی الله علیه و آله فرمود: «هر کس نان گندم دارد برای برادرش بفرستد». سپس فرمود: «هرگاه بیمار یکی از شما اشتها به چیزی داشت آن را به او بدهید».(۲)

در روایت دیگری از اَنس آمده است که گفت: پیامبر صلی الله علیه و آله به عیادت مریضی

رفت، و به او فرمود: «آیا اشتها به چیزی داری؟ اشتها به کاک داری؟». عرض کرد: «آری». و گفتند برایش بیاورند.(۳)

۱- محمد عثمان نجاتی، پیشین، ص ۷۶ – ۷۹.

۲- ر.ک: ابن ماجه، ج۱، ح ۱۴۳۹، ۱۴۴۰، ۳۴۴۰، ۳۴۴۱.

۳- ابن ماجه، ج۱، ح ۱۴۳۹، ۱۴۴۰، ۳۴۴۰، ۳۴۴۱.

این فرموده پیامبر خدا صلی الله علیه و آله که: «هرگاه بیمار یکی از شما اشتها به چیزی داشت آن را به او بخورانید»، اشاره به همین خصوصیتی دارد که خداوند عزّوجل آن را در بدن نهاده است، یعنی انسان و حیوان همواره میل و اشتها به غذایی دارند که برای آن ها سودمند است. این خصوصیت را والتر کانون، در اوایل سده بیستم، در بررسی هایش پیرامون فعالیت جبران کننده موجود زنده برای حفظ «تعادل حیاتی» کشف کرد. اشاره خاصّ پیامبر صلی الله علیه و آله در این حدیث به بیمار، که می فرماید: «هرگاه بیمار یکی از شما اشتها به چیزی داشت آن را به او بدهید»، نشان می دهد غذایی که مریض به آن اشتها دارد برای او سودمند است و به تندرستی و بازیافت سلامتش خواهد انجامید.(۱)

ایده وجودِ میلِ طبیعی در بدن انسان و حیوان برای نگهداشت تعادل به طوری که بروز هرگونه اختلال در این تعادل تولید نیاز می کند و باعث انگیزه فعالیّت سازگار

و جبران کننده برای رفع این نیاز و باز گرداندن بدن به تعادل می شود، ایده ای است که در عصر جدید به والتر کانون نسبت می دهند، لیکن ما در کتاب قرآن و روان شناسی

روشن ساخته ایم که ایده تعادل در انسان و حیوان و بلکه در سراسر جهان، ایده جدیدی نیست بلکه چهارده قرن پیش از آن که والتر کانون اندیشه تعادل حیاتی را مطرح کند، این ایده در قرآن کریم وجود داشته است.(۲)

یکی دیگر از انگیزه های حفظ خود، انگیزه دفع فضولات آب و غذا از بدن است، فضولاتی که اگر دفع نشود مایه آزار و آسیب خواهد بود.

پیامبر خدا صلی الله علیه و آله به آزار و آسیب ناشی از ماندن این فضولات در بدن اشاره کرده است. آن حضرت در دعایی که پس از قضای حاجت می خواند می فرمود: «سپاس خدای را که این رنج را از من برد و عافیتم بخشید».(۳)

۱- ابن قیم الجوزیه، الطب النبوی، بیروت، دار مکتبه الحیاه، ۱۴۰۵ه . ۱۹۸۵م، ص ۱۰۳ - ۱۰۴.

۲- محمد عثمان نجاتی، القرآن و علم النفس، ص۲۷.

۳- ابن ماجه به نقل از انس بن مالک، ج۱، ح۳۰۱.

در این دعـا، پیـامبر اکرم صـلی الله علیه و آله خداونـد متعـال را به خاطر نعمت توانایی بر دفع فضولات آب و غـذا و رهایی از رنج و آزار ناشی از ماندن آن ها در بدن سپاس می گوید.

در این حـدیث، هم چنین به جنبه درونی که بـا انگیزه هـا همراهنـد اشـاره شـده است. انگیزه های فیزیولوژیکی معمولاً با یک حـالت روانی آزار دهنـده، یعنی احسـاس فشـار [استرس] و تنش و بی قراری، همراهنـد و ارضـای این انگیزه هـا حـالت روانی مسرّت بخشـی ایجاد می کند. لذا، پیامبر صلی الله علیه و آله خداوند بزرگ را سپاس می گوید که رنج و آزار ناشی از ماندن زواید آب و غذا در بدن را از او دور ساخته و سبب شده است با خلاص شدن از این زواید احساس آسودگی کند.

انگیزه گرسنگی و هیجان ترس، هر دو، نقش مهمی در زندگی انسان بازی می کنند. آدمی در طول زندگی خود برای رسیدن به لقمه نـانی برای رفع گرسـنگی رنـج و زحمت می کشـد. هم چنین برای رهیـدن از ترس که سـبب درد و رنـج او می شود، پیوسـته می کوشـد و برای به دست آوردن امنیّت که موجب احساس خشـنودی و خوشـبختی و آسودگی است، همواره تلاش می کند. قرآن کریم به تأثیر مهم انگیزه گرسنگی و هیجان ترس در زندگی انسان اشاره کرده است، آن جا که می فرماید:

«وَلَنَبْلُوَنَّكُمْ بِشَيْ ءٍ مِنَ الْخَوْفِ وَ الْجُوعِ وَ نَقْصٍ مِنَ الْأَمْوَالِ وَ الْأَنْفُسِ وَ الثَّمَرَاتِ وَبَشِّرِ الصَّابِرِينَ».(۱)

«و قطعـا شــما را بـه چیزی از [قبیـل] ترس و گرســنگی و کاهشـی در امـوال و جـان هـا و محصولاـت می آزمـاییم، و مژده ده شکیبایان را».

نیز می فرماید:

«وَ ضَرَبَ اللّه ُ مَثَلًا قَرْيَةً كَانَتْ امِنَةً مُطْمَئِنَّةً يَأْتيهَا رِزْقُهَا رَغَدًا مِنْ كُلِّ مَكَانٍ فَكَفَرَتْ بِأَنْعُمِ اللّه ِ فَأَذَاقَهَا اللّه ُ لِبَاسَ الْجُوعِ وَ الْخَوْفِ بِمَا كَانُوا يَصْنَعُونَ».(۲)

ص:۱۹

۱- بقره/۱۵۵.

۲- نحل/۱۱۲.

«و خدا شهری را مَثَل زده است که امن و امان بود و روزی اش از هر سو فراوان می رسید، پس ساکنانش نعمت های خدا را ناسپاسی کردند، و خدا هم به [سزای] آنچه انجام می دادند طعم گرسنگی و ترس را به آنان چشانید».

خداوند بزرگ نعمت رهانیدن قریش از گرسنگی و ترس را به آنان یادآور شده است، و این، خود، به اهمیّت انگیزه گرسنگی و هیجان ترس در زندگی انسان اشاره دارد.

خداوند می فرماید:

«فَلْيَعْبُدُوا رَبَّ هذَا الْبَيْتِ * اَلَّذی اَطْعَمَهُمْ مِنْ جُوعٍ وَ امَنَهُمْ مِنْ خَوْفٍ».(۱)

«پس، باید خداوند این خانه را بپرستید. همو که آنان را در گرسنگی غذایشان داد واز ترس آسوده خاطرشان کرد».

پیامبر خدا صلی الله علیه و آله نیز به اهمیت انگیزه گرسنگی و هیجان ترس در زندگی انسان اشاره کرده است. برای مثال، از عبداللّه بن محصن انصاری خطمی روایت شده است که پیامبر خدا صلی الله علیه و آله فرمود:

«هر یک از شما روز خود را با آرامش خاطر، و سلامت جسم و داشتن خوراک روزانه اش آغاز کند چنان است که همه دنیا به او داده شده باشد».(۲)

این حدیث، در واقع، بیانگر اهمیّت امنیّت از ترس و از گرسنگی در زندگی انسان است. چنان که به اهمیّت سلامت جسم نیز اشاره دارد، و این سه عنصر را با اهمیت ترین عوامل سعادت انسان در دنیا معرفی کرده است؛ زیرا شخصی که در جامعه و محیط زندگی خود احساس امنیّت کند از درد ترس رنج نمی برد، و کسی که خوراک روزانه خود را داشته باشد درد گرسنگی را احساس نخواهد کرد، و کسی که از سلامت جسم برخوردار باشد درد بیماری را حس نخواهد کرد. چنین شخصی

در اوج خوشبختی است آن سان که گویی همه دنیا را دارد.

۱- قریش /۳، ۴.

۲- ترمذی، کتاب الزهد، ج۹، ص۲۰۸.

پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله به انگیزه تنفّس نیز اشاره کرده و در حدیثی که در آن به پرهیز از اسراف در آب و غذا توصیه می کند، از آن در کنار دو انگیزه گرسنگی و تشنگی یاد فرموده است. قرار گرفتن انگیزه تنفّس در کنار انگیزه گرسنگی و تشنگی در این حدیث نشانگر اهمیت تنفّس در زندگی انسان است. از مِقْدام بن مَعْدیکرب روایت شده است که پیامبر صلی الله علیه و آله فرمود:

«آدمی ظرفی بدتر از شکمش پر نکرده است. آدمیزاده را چند لقمه ای که کمر او را راست بدارد، کافی است، و اگر خویشتنداری نتوانست، یک سوم معده اش را برای غذا و یک سوم را برای آب و یک سوم را برای نفس کشیدن قرار دهد».(۱)

در این حدیث اشاره شده است که زیاد خوردن آب و غذا معده را پر می کند و در نتیجه، معده بزرگ می شود و بر ریه ها فشار می آورد و تنفّس را دشوار می سازد، و این امر برای تندرستی انسان زیان آور است.

بنابراین، پیامبر صلی الله علیه و آله به اجتناب از پرخوری ترغیب می فرماید تا این که انسان بتواند به آسانی نفس بکشد و به اکسیژن مورد نیاز خود دست یابد.

دو انگیزه بقای نوع

دو انگیزه فیزیولوژیکی که وظیفه بقای نوع را انجام می دهند عبارتند از انگیزه جنسی و انگیزه مادری.

انگیزه جنسی

انگیزه جنسی کارکرد مهمی در زندگی انسان و حیوان دارد، زیرا عنصر نر و ماده را به سوی یکدیگر می کشاند و در نتیجه، خانواده پدید می آید، زاد و ولد رخ می دهد، نسل ادامه می یابد و نوع باقی می ماند. قرآن کریم به کارکرد انگیزه جنسی در بقای نوع اشاره کرده است، می فرماید:

۱- این حدیث را ترمذی، ج۲، ص ۲۲۴، و احمد وحاکم ناصف،،ج۵، ص ۱۶۷ آورده اند.

«وَ اللّه ُجَعَلَ لَكَمْ مِنْ اَ نْفُسِكَمْ اَزْوَاجًا وَ جَعَلَ لَكَمْ مِنْ اَزْوَاجِكَمْ بَنِينَ وَ حَفَدَةً وَ...».(1)

«و خدا برای شما از خودتان جفت هایی قرار داد، و از جفت هایتان برای شما فرزندان و نوادگانی...».

نیز می فرماید:

«يَاءَيُّهَا النَّاسُ اتَّقُوا رَبَّكُمُ الَّذى خَلَقَكُمْ مِنْ نَفْسٍ وَاحِدَهٍ وَخَلَقَ مِنْهَا زَوْجَهَا وَبَثَّ مِنْهُمَا رِجَالاً كَثيرًا وَنِسَاءً...»(2)

«ای مردم! از پروردگارتان که شما را از نفس واحدی آفرید و جفتش را نیز از آن آفرید و از آن دو مردان و زنان بسیاری پراکنده کرد، پروا دارید...».

پیامبر صلی الله علیه و آله مسلمانان را به ازدواج کردن تشویق کرده، فرموده است که در روز قیامت به فزونی آنان بر سایر امت ها می بالد:

«ازدواج کردن سنّت من است. پس هر که به سنّت من عمل نکند از من نیست. ازدواج کنید، زیرا من به فزونی شما بر امت ها می بالم. هر کس توانایی دارد ازدواج کند، و هر کس مکنتی ندارد روزه بگیرد؛ زیرا روزه شهوت را قطع می کند».(3)

علاوه بر این، آن حضرت به ازدواج با زن مهربان و زایا توصیه کرده و فرموده است: «با زن مهربان و زایا ازدواج کنید، زیرا من به فزونی جمعیت شما بر ملت ها مباهات می کنم».(4)

متولد شدن فرزند، پسر یا دختر، نعمتی است از جانب خداوند پاک و بلند مرتبه که موجب خشنودی و شادمانی والدین می شود و وجود آنان را سرشار از مسرّت و خوشحالی می کند؛ زیرا، فرزندان مایه استمرار خانواده و منشأ قدرت و نفوذ آن، و عامل مهمّی در کمک به والدین و سود رساندن به آنان هستند. ابن قیّم جوزی در این باره می گوید: فرزندان، چه زنده بمانند و چه از دنیا بروند، فواید بسیاری دارند.

1- نحل/72.

2- نساء/1.

3- ابن ماجه، ج1، ح1846.

4- ابو داود، ج2، ح 2050.

اگر زنـده بماننـد کمکی برای والـدین خود هسـتند و به آنـان سود می رساننـد، و اگر زنـده نماننـد و در خردی بمیرنـد بـاز به والدینشان سود می رسانند؛ چون سبب وارد شدن آنان به بهشت می شوند.(۱)

از دیـدگاه اسـلام، رابطه جنسیِ حلال میان زوجین صرفا برای رسیدن به لـذّت نیست، بلکه، در واقع، رابطه مودّت و مهر و آرامش است که انسان در آن احساس امنیّت می کند. خداوند متعال می فرماید:

«وَ مِنْ ایَاتِهِ اَنْ خَلَقَ لَکُمْ مِنْ اَنْفُسِکُمْ اَزْوَاجًا لِتَسْکُنُوا اِلَیْهَا وَجَعَلَ بَیْنَکُمْ مَوَدَّهً وَ رَحْمَهً اِنَّ فی ذلِکَ لَآیَاتٍ لِقَوْمٍ یَتَفَکَّرُونَ».(۲)

«و از نشانه های او این است که برای شـما از [نوع] خودتان جفت هایی آفرید تا بدانها آرام گیرید، در میان شما دوستی و مِهر نهاد. آری، در این [نعمت] برای مردمی که می اندیشند قطعا نشانه هایی است».

اسـلام رابطه جنسی حلال میـان زوجین را تـا سـطح صـدقه و عمل صالـح که انسان با انجام آن پاداش می گیرد، بالا می برد. پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله می فرماید:

«... و در مجامعت کردن هر یک از شـما صـدقه است». اصحاب عرض کردنـد: ای رسول خـدا، با آن که ارضای شـهوت می کنیم باز برای آن اجر و پاداش داریم؟ فرمود: «اگر از راه حرام ارضای شـهوت می کردید گناه نداشت؟ همین گونه اگر از راه حلال باشد پاداش دارد».(۳)

رابطه جنسی میان زوجین تنها یک صدقه سزامند پاداش نیست بلکه تا سطح عبادت که به جا آورنده اش را به بهشت می برد، ارتقا می یابد. پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله می فرماید:

«هرکس می خواهد پاک وپاکیزه خداوند را دیدار کند با زنان آزاد ازدواج نماید».(۴)

۱- ابن قیم الجوزیه، تحفه المودود بأحکام المولود، ص ۱۰ - ۱۴.

۲- روم/۲۱.

۳- مسلم، ج۷، ص۹۱، ۹۲؛ ابو داود و احمد ونسنک، ج۱، ص۱۸۷.

۴- ابن ماجه، ج۱، ح۱۸۶۲.

از نگاه اسلام، رابطه جنسی میان زن و شوهر یک رابطه انسانی است که طیّ آن زوجین نسبت به یکدیگر ابراز عشق و محبت و قدردانی می کنند. و شوخی ها، ملاعبه ها و سخنان زیبا و عاشقانه ای که پیش از انجام عمل جنسی بین آن دو ردّ و بدل می شود و احساسات عشق و خوشبختی را در زوجین بر می انگیزد. پیامبر صلی الله علیه و آله اصحاب خود را به شوخی و ملاعبه پیش از انجام عمل جنسی توصیه می فرمود.از جابر بن عبداللّه روایت شده است که: «پیامبر خدا صلی الله علیه و آله از مجامعت پیش از شوخی و ملاعبه نهی فرمود».(۱)

آری، قرن ها پیش از دانشمندان جدید که در موضوع رابطه جنسی زوجین مطلب نوشته اند و اهمیت ملاعبه و شوخی با همسر پیش از مجامعت و تأثیر این کار در برانگیخته شدن میل جنسی زن و در نتیجه، ارضای جنسی زوجین را بیان کرده اند، پیامبر اسلام صلی الله علیه و آله اصحاب خود را به این امر راهنمایی می کرده است؛ چرا که هرگاه بدون شوخی و ملاعبه قبلی مجامعت صورت گیرد ممکن است خواهش جنسی مرد برآورده شود بدون آن که زن ارضا شده باشد و این خود، باعث احساس تنش و افسردگی در او می شود، و چه بسا که به عاملی برای بی ثباتی زندگی زناشویی تبدیل گردد.

انگیزه مادری

انگیزه مادری در عشق و محبت و توجهی که مادر نسبت به کودکانش ابراز می کند، آشکارا خود را نشان می دهد. رفتار فطری مادرانه در عموم حیوانات، به ویژه در پستانداران، به وضوح نمایان است. در حیوانات پستاندار،مادران در شیر دادن بچه هایشان و مراقبت و دفاع از آن ها به نحو فطری و غریزی رفتار می کنند.

پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله به انگیزه مادری در پرندگان ماده که از طریق مواظبت و دفاع از جوجه هایشان بروز می یابد، اشاره کرده است. برای مثال، از عبدالرحمن بن عبداللّه

۱- ابن قیّم الجوزیه، الطب النبوی، ص ۲۳۴.

روایت شده است که: «رسول خدا صلی الله علیه و آله در منزلگاهی فرود آمد. شخصی به بیشه ای رفت و تخم ژورک [پرنده ای است] با خود آورد. ژورک آمد و شروع به پر زدن بر فراز سر رسول خدا صلی الله علیه و آله و یارانش کرد. حضرت فرمود: کدام یک از شما این حیوان را ناراحت کرده است؟ مردی از میان جمعیت گفت: من تخم او را برداشته ام، رسول خدا صلی الله علیه و آله فرمود: آن را برگردان. در روایتی دیگر آمده است که فرمود: به او رحم کن و تخم هایش را برگردان».(۱)

پیامبر صلی الله علیه و آله به رنج و دردهایی که مادر در دوران بارداری و زایمان و شیردهی به خاطر مراقبت از کودکش تحمل می کند، اشاره فرموده است، مردی از بد اخلاقی مادرش به پیامبر صلی الله علیه و آله شِکوه کرد. حضرت فرمود:

«آن گاه که نُه ماه تو را در شکمش حمل می کرد بد اخلاق نبود! مرد گفت: او بد اخلاق است. حضرت فرمود: آن گاه که دو سال تو را شیر می داد چنین نبود! مرد گفت: او بداخلاق است. فرمود: زمانی که به خاطر تو شب نمی خوابید و روز تشنگی می کشید چنین نبود. مرد گفت: پاداشش را داده ام. پیامبر صلی الله علیه و آله فرمود: برایش

چه کرده ای؟ گفت: او را سوار بر دوش خود به حج برده ام. فرمود: پاداش حتی یک درد از دردهای زایمان او را نداده ای».(۲)

انگیزه های روانی و روحی

انسان، علاوه بر انگیزه های فیزیولوژیک، انگیزه هایی روانی و روحی دارد که نه به تأمین نیازهای بدنی او ارتباط دارند و نه به حفظ ذات و بقای نوع؛ بلکه نیازهای روانی و روحی را بر آورده می سازند. این نیازها نیز برای انسان اساسی هستند، زیرا، ارضای آن ها موجب احساس امنیت و آرامش است. هرگاه از ارضای آن ها محروم

۱- احمد، ج ۱، ص ۴۰۴.

۲- ابوالقاسم جاراللّه محمود بن عمر زمخشری خوارزمی، الکشّاف فی حقائق التنزیل و عیون الاقاویل فی وجوه التأویل، ج ۲، ص ۴۴۵، فی تفسیر سوره الإسراء.

شود دچار اضطراب می شود و رنج و بدبختی او را در میان می گیرد. یکی از انگیزه های روانی و روحی مهم در زندگی انسان انگیزه دینداری است.

انگیزه دینداری

در انسان استعدادی فطری برای شناخت خداوند متعال و ایمان به او و به یگانگی اش و پرستش او و پناه بردن و کمک جستن از او در هنگام خطرات وجود دارد.

قرآن کریم به شالوده فطری انگیزه دینداری اشاره کرده است و می فرماید:

«فَاَقِمْ وَجْهَکَ لِلدّینِ حَنیفًا فِطْرَتَ اللّه ِ الَّتی فَطَرَ النَّاسَ عَلَیْهَا لاَ تَبْدیلَ لِخَلْقِ اللّه ِ ذلِکَ الدّینُ الْقَیِّمُ وَلکِنَّ اَکْثَرَ النَّاسِ لاَ یَعْلَمُونَ».(۱)

«پس، روی خود را با گرایش تمام به حقّ، به سوی این دین کن، با همان سرشتی که خدا مردم را بر آن سرشته است. آفرینش خدای تغییرپذیر نیست. این است همان دین پایدار ولی بیش تر مردم نمی دانند».

قرطبی در تفسیر این آیه می گوید که در سرشت انسان و در ساختمان وجود او استعدادی فطری برای درک آفریده های بدیع و شگفت انگیز خداوند و پی بردن از آنها به وجود خدا و ایمان آوردن به او و به یگانگی اش وجود دارد.(۲)

در سوره اعراف نیز می فرماید:

«وَ اِذْ اَخَذَ رَبُّکَ مِنْ بَنی ادَمَ مِنْ ظُهُورِهِمْ ذُرِّیَّتَهُمْ وَاَشْهَدَهُمْ عَلی اَ نْفُسِهِمْ اَلَسْتُ بِرَبِّکُمْ قَالُوا بَلی شَهِدْنَا اَنْ تَقُولُوا یَوْمَ الْقِیمَهِ اِنَّا کُنَّا عَنْ هذَا غَافِلینَ».(۳)

«و هنگامی که پروردگارت از پشت فرزندان آدم، ذریّه آنان را برگرفت و ایشان را بر خودشان گواه ساخت که آیا پروردگار شما نیستم؟ گفتند: چرا، گواهی دادیم. تا

۱- روم/۳۰.

۲- تفسیر قرطبی، ج۴، ص۲۹؛ نیز نک: تفسیر الجلالین، ص ۳۴۰.

۳- اعراف/۱۷۲.

مبادا روز قیامت بگویید ما از این [امر] غافل بودیم».

خداونـد متعـال در این آیه نیز بیـان می کنـد که در عـالم ذرّ و پیش از آفریـدن آدمیـان در دنیا، از آنان درباره خداونـدگاری خویش پیمان و گواهی گرفت تا این که در روز رستاخیز نگویند که از ربوبیت و نسبت به خویش آگاهی نداشته اند. این آیه نشـانگر آن است که انسـان با اسـتعدادی فطری برای شـناخت خداونـد متعال و ایمان آوردن به او و به یگانگی اش متولـد می شود.(1)

پیـامبر خـدا صـلی الله علیه و آله نیز اعلام فرموده است که انسان بر سـرشت توحیـد و آیین ناب یکتاپرستی زاده می شود. برای مثال، در حدیثی از آن حضرت آمده است:

«هیچ مولودی نیست مگر آن که بر فطرت زاده می شود و این والدینش هسـتند که او را یهودی و مسیحی و مجوسی می کنند؛ چنان که حیوان حیوان کامل می زاید. آیا در آن ها بینی بریده ای می یابید؟». ابو هریره، سپس، گفت: اگر خواستید، بخوانید: «فِطْرَتَ اللّه ِ التّی فَطَرَالنّاسَ عَلَیْها».(2)

در این حـدیث، پیامبر اکرم صـلی الله علیه و آله بیان می کنـد که کودک با فطرت توحیـد و سـرشت یکتاپرستی، یا همان دین حنیف، به دنیا می آید اما او از رفتار والدین و دیگر عوامل تربیتی و فرهنگی که در آن ها رشد می کند تأثیر می پذیرد، و این پدر و مادرش هسـتند که او را یهودی یا مسـیحی یا مجوسی می گردانند. بدین ترتیب پدر و مادر تأثیر فطرتی را که کودک با آن زاده شـده است ضـعیف و در برابر، دین مورد نظر خود را در وجود وی تقویت می کننـد. پیـامبر اکرم صـلی الله علیه و آله جهت روشن ساختن این حقیقت برای صـحابه، مثالی از زنـدگی عینی آنان می زنـد، و می فرمایـد هم چنان که حیوان سالم و بدون عیب و نقص جسـمی متولد می شود، کودک نیز با سرشت دین حنیف به دنیا می آید و هیچ گونه کژی و خطا و نقصی با فطرت سلیم او آمیخته نیست در همین باره، پیامبر صلی الله علیه و آله در حدیثی دیگر فرموده است:

ص:27

1- بنگرید به بحث ما از این موضوع در: محمد عثمان نجاتی، قرآن و روان شناسی، ص47 - 49).

2- این حدیث را شیخان و ابو داود و ترمذی آورده اند ناصف، ج5، ص196.

«هر انسـانی بـا فطرت متولّـد می شود تـا آن گـاه که زبانش به آن باز شود، در این وقت والـدینش او را یهودی و نصـرانی می گردانند».(۱)

بنـابراین، کودک بـا اسـتعدادی فطری برای ایمـان به خـدا و به یگـانگی او زاده می شود، امّا این اسـتعداد فطری، برای ظهور و رشـد یافتن، نیاز به آموزش و هـدایت و رهبری کسانی دارد که عهـده دار تربیت کودک هسـتند. دو حـدیث پیش گفته نبوی اعلاـم می دارنـد که این تربیت ممکن است کـودک را به سـمت فرا گرفتن دین اسـلام هـدایت کنـد یـا به سـوی دین یهود یا مسیحیت. پس، دین دارای یک شالوده فطری و عبارت از همان سرشتی است که انسان با آن زاده می شود. علاوه بر این، جنبه اکتسابی از محیطی که انسان در آن رشد می یابد نیز در دین وجود دارد. رسول اکرم صلی الله علیه و آله به این حقیقت اشاره کرده است. از حذیفه بن یمان روایت شده است که گفت:

«رسول خـدا صـلی الله علیه و آله دو حـدیث برای ما گفت که [تحقّق] یکی از آن ها را شاهـد بوده ام و منتظر [تحقق] دیگری می بـاشم. بـه مـا فرمـود کـه امـانت در بُن دل هـای مردم فرود آمــد، سـپس قرآن نـازل شـد و از قرآن آموختنـد و از سـنّت آموختند...».(۲)

طبق این حدیث، امانت یعنی عقیده توحید و پرستش خدای یگانه، به طور فطری در دل های مردم و نهاد آنان وجود دارد، امّا این اسـتعداد فطری نیازمنـد آن است که توسـط آمـوزش از محیـط اجتمـاعیی که فرد در آن پرورش می یابـد به ظهور برسـد. بنابراین فرا گرفتن قرآن کریم و سـنّت نبوی این اسـتعداد فطری را به منصه ظهور می رساند و آن را رشد می دهد و اسـتوارش می گرداند.

گـاهی اوقـات آموزشـی که کودک از محیط دریافت می کنـد آموزشـی سالم است و او را به توحیـد ناب و عاری از انحراف رهنمون می شود. در جامعه اسـلامی که کودک براساس آموزه های قرآن کریم و سـنّت پیامبر صـلی الله علیه و آله تربیت می شود، چنین است.

۱- احمد، ج۳، ص۴۳۵. نیز ر.ک: همو، ج۴، ص۲۴.

۲- شیخان نووی، ج۱، ص۲۲۲.

امّا در محیط هایی که به تعالیم اسلامی پایبندی ندارند، گاه پیش می آید که کودک در معرض انواع عادت ها و سنت ها و افکار ناهمساز با اصول و مبانی اسلام قرار می گیرد. پیامبر خدا صلی الله علیه و آله به اثرگذاری شیاطین که انحراف از دین را در نظر انسان می آرایند، اشاره کرده است. از عیاض بن حمار روایت شده است که رسول خدا صلی الله علیه و آلهفرمود:

«پروردگارم به من امر کرد تا از آنچه امروز مرا آموخت و شما نمی دانید به شما بیاموزم: هر مالی را که به بنده ای بخشیدم [برای او] حلال است، و من همه بندگانم را حنیف [موحّد و راست دین] آفریدم، امّا شیاطین نزد ایشان رفتند و آنان را از دینشان منحرف نمودند، و آنچه را من بر ایشان روا ساختم بر آنان حرام کردند، و به آن ها گفت چیزی را انباز من گردانند که درباره آن دلیلی نازل نکرده ام...».(۱)

در این حدیث، پیامبر خدا صلی الله علیه و آله بیان داشته است که خداوند متعال همه مردم را بر دین حنیف آفریده است، یعنی در وجود آنان استعدادی فطری برای شناخت خداوند پاک و بلند مرتبه و ایمان به او و توحید او و پرستش او قرار داد، ولی شیاطین در آن ها نفوذ کردند و از مسیر درست که فطرت پاکشان آن ها را بدان رهنمون می شود، دور ساختند.

انگیزه رقابت

انگیزه رقابت یکی از انگیزه های روانی - اجتماعی شایع در میان مردم است. فرهنگ جامعه و ارزش های آن چیزهایی را که رقابت در آن ها پسندیده و مقبول است تعیین می کند، و جامعه کودکان خود را به رقابت در این چیزها ترغیب می نماید. قرآن کریم مسلمانان را به رقابت کردن در تقوا و نزدیک شدن به خداوند از طریق عبادات و کارهای نیک تشویق کرده است.(۲) خداوند متعال می فرماید:

۱- این حدیث را مسلم آورده است شیبانی، ج۴، ص۳۲.

۲- محمد عثمان نجاتی، قرآن و روان شناسی، ص ۴۶، ۴۷.

«اِنَّ الْاَبْرَارَ لَفی نَعیم * عَلَی الْاَرَائِکِ یَنْظُرُونَ * تَعْرِفُ فی وُجُوهِهِمْ نَضْرَهَ النَّعیمِ * یُسْقَوْنَ مِنْ رَحیقٍ مَخْتُومٍ * خِتَامُهُ مِسْکٌ وَ فی ذٰلِکَ فَلْیَتَنَافَسِ الْمُتَنَافِسُونَ».(۱)

«به راستی نیکوکاران در نعیم [الهی] خواهند بود. به تخت ها [نشسته] می نگرند. در چهره هایشان طراوت نعیم [بهشت] را می یابی. از باده ای مُهر شده نوشانیده شوند. باده ای که مُهر آن مشک است، و در این نعمت ها مشتاقان باید رقابت کنند».

بیش تر مردم به رقابت کردن در دنیا و متاع ناپایـدار آن تمایل دارند. آنان در جمع کردن پول، به دست آوردن زمین و ملك، کسب شهرت و مقام، در اختیار گرفتن مقالید قدرت در جامعه، و دیگر امور حاکم در زندگی دنیا با یکدیگر رقابت می کنند. رسول خـدا صـلی الله علیه و آله مسـلمانان را از رقـابت در دنیـا بر حـذر داشـته است؛ زیرا، این نوع رقـابت باعث کینه توزی و دشـمنی میان افراد می شود، رشـته های برادری و پیوندهای محبت و دوستی میان مسـلمانان را از هم می گسـلد، آنان را از یاد خدا دور می گرداند، و شور جهاد در راه خدا و گسترانیدن دعوت او و اعلای دینش را در وجود آنان سست می کند. از عقبه بن عامر روایت شـده است که فرمود: روزی پیامبر خـدا صـلی الله علیه و آله خارج شد و بر شـهدای اُحد مانند نماز میّت، نماز خواند و آن گاه به طرف منبر بازگشت و فرمود:

«من پیش از شـما می روم، و من گواهِ بر شـما می بـاشم. به خـدا سوگنـد که هم اینک حوض خود [حوض کوثر] را می بینم، کلیدهای گنجینه های زمین به من داده شد. به خدا سوگند که ترس من برای شـما از این نیست که پس از من مشـرک شوید، بلکه ترسم از این است که در دنیا به رقابت برخیزید».(۲)

در حدیث دیگری که عمرو بن عوف انصاری از پیامبر صلی الله علیه و آله روایت کرده، آمده

است:

«...به خدا سوگند من از فقر بر شما نمی ترسم، بلکه از این می ترسم که دنیا بر

۱- مطففّین /۲۲ - ۲۶. نیز آیات دیگری در همین باره را، در کتاب پیش گفته، ص ۴۶ ببینید.

۲- این حدیث را دو شیخ آورده اند شیبانی، ج۴، ص ۱۸۳.

شما نیز گسترده شود چنان که بر پیشینیان شما گسترده شد، و شما نیز همانند آنان در آن به رقابت برخیزید و شما را هم همانند آنان به هلاک افکند».(۱)

رسول خدا صلی الله علیه و آله در عین حال که مسلمانان را از رقابت کردن در دنیا، به دلیل زیانها و خطرات ناشی از آن، برحذر می داشت، از سوی دیگر آنان را به رقابت در تقوا و نزدیک شدن به خدا از طریق اعمال شایسته خداپسند، تشویق می کرد. از یزید بن اَخْنَس روایت شده است که پیامبر خدا صلی الله علیه و آله فرمود:

«میان شما نباید هیچ هم چشمی و رقابتی باشد مگر در دو چیز؛ یکی مردی که خداوند عزّوجل به او قرآن عطا فرموده است و او در میانه های شب و روز به آن می پردازد و از آنچه در آن است پیروی می کند، پس کسی می گوید کاش خداوند متعال مانند آنچه به فلانی داده به من هم می داد تا من نیز چون او عمل کنم، و دیگر مردی که خداوند به او مالی داده است و او انفاق می کند و صدقه می دهد، پس کسی می گوید کاش خداوند مانند آنچه به فلانی داده به من هم می داد تا من نیز صدقه بدهم...».(۲)

آن حضرت، هم چنین، مسلمانان را به رقابت در انجام کارهای سودمندی که روح سلحشوری و پهلوانی را در آنان تقویت می کرد، تشویق می فرمود. برای مثال، به مسابقه اسب سواری تشویق می کرد و بلکه خود، نیز، در آن شرکت می نمود. از ابن عمر روایت شده است که «پیامبر خدا صلی الله علیه و آله اسب را برای مسابقه آماده می ساخت».(۳) نیز گفته است که: «رسول خدا صلی الله علیه و آله اسب هایی را که برای مسابقه آماده شده بودند از حفیاء(۴) تا ثنیه الوداع می تازاند و آن هایی را که برای مسابقه آماده نشده

۱- بخاری، کتاب فرض الخمس باب الجزیه والموادعه؛ مسلم، در اوائل کتاب الزهد والرقائق (نَوَوی، ج۱، ص۴۱۱).

۲- احمد، ج۴، ص۱۰۵.

۳- این حدیث را شیخان و مالک و ابو داود و ترمذی و نسائی آورده اند شیبانی، ج۲، ص۱۶۳.

۴- حفیاء: جایی است در خارج از مدینه که با ثنیه الوداع [گردنه خدا حافظی] شش میل فاصل دارد.

بودند از ثنیّه تا مسجد بنی زریق».(۱)

از سَلَمه بن اَکوَع روایت شده است که: پیامبر خدا صلی الله علیه و آله در بازار به گروهی از افراد قبیله اَسْلَم که مشغول مسابقه تیراندازی بودند، برخورد. فرمود:

«تیراندازی کنید ای فرزندان اسماعیل که پدر شما تیرانداز بود. تیراندازی کنید، من با فرزندان فلان هستم. یکی از دو گروه دست نگه داشت. حضرت فرمود: شما را چه شد، چرا تیر نمی اندازید؟ عرض کردند: چگونه تیراندازی کنیم در حالی که شما با آن ها هستید؟ فرمود: پرتاب کنید، من با همه شما هستم».(۲)

انگیزه تملّک

انسان به تملّک پول و مِلک و زمین و دیگر متاع زندگی دنیوی گرایش دارد. قرآن کریم در دو آیه ذیل به علاقه انسان به تملّک اشاره فرموده است:

«زُيِّنَ لِلنَّاسِ حُبُّ الشَّهَوَاتِ مِنَ النِّسَاءِ وَالْبَنِينَ وَالْقَنَاطِيرِ الْمُقَنْطَرَهِ مِنَ الذَّهَبِ وَالْفِضَّهِ وَالْخَيْلِ الْمُسَوَّمَهِ وَالْأَنْعَامِ وَالْحَرْثِ ذلِکَ مَتَاعُ الْحَيوهِ الدُّنْيَا وَاللّه ُعِنْدَهُ حُسْنُ الْمَابِ».(۳)

«دوستیِ خواستنی ها[ی گوناگون] از: زنان و پسران و اموال فراوان از زر و سیم و اسب های نشاندار و دام ها و کشتزارها برای مردم آراسته شده [لیکن] این جمله مایه تمتع زندگی دنیاست و [حال آن که] فرجام نیکو نزد خداست».

«وَ تُحِبُّونَ الْمَالَ حُبًّا جَمًّا».(۴)

«و مال را دوست می دارید، دوست داشتنی بسیار».

پیامبر خدا صلی الله علیه و آله نیز به علاقه انسان به تملّک مال و دارایی اشاره کرده است. برای

مثال، اَنَس بن مالک از آن حضرت روایت کرده است که فرمود:

«آدمیزاده اگر دو رودخانه طلا می داشت باز دوست داشت که سومی داشته

۱- این حدیث را شیخان و مالک و ابو داود و ترمذی و نسائی آورده اند شیبانی، ج۲، ص۱۶۳.

۲- بخاری شیبانی، ج۲، ص۱۶۴.

۳- آل عمران/۱۴.

۴- فجر/۲۰.

باشد. درون آدمیزاده را جز خاک چیزی پر نمی کند، و خدا توبه کسی را که توبه کند می پذیرد».(۱)

در این حدیث، پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله علاقه شدید انسان به تملّک دارایی و گرایش نیرومند او به گرد آوری هر چه بیش تر آن را بیان داشته است به طوری که جز مرگ چیزی جلوگیر او نیست و تنها مرگ فزون خواهی او را متوقف می سازد.

نیز در همین باره، از پیامبر صلی الله علیه و آله روایت شده است که فرمود: «دل پیر در عشق به دو چیز جوان است: زندگی دراز و دارایی بسیار».(۲)

حدیثی هم که پیش تر، در هنگام سخن از انگیزه رقابت، از عقبه بن عامر باز گفتیم و پیامبر صلی الله علیه و آله در آن مسلمانان را از هم چشمی و رقابت در متاع دنیا و مال و منال و جاه و مقام آن برحذر می دارد، در واقع، به انگیزه تملک اشاره دارد. رقابت در مال و مکنت دنیا، در حقیقت، رقابت برای تملّک آن هاست، و اظهار ترس و نگرانی پیامبر خدا صلی الله علیه و آله از این که مسلمانان، پس از او، با یکدیگر به هم چشمی و رقابت برخیزند، فی الواقع، نشانگر ترس و نگرانی آن حضرت از این مطلب است که انگیزه تملّک بر مسلمانان چیره گردد. در این صورت تمام همّ وغم آنان دنیا و مال اندوزی می شود، و در نتیجه، از یاد خدا و تقوای الهی و به جا آوردن عبادات غافل می شوند، همان چیزی که متأسفانه اکنون شاهد آن هستیم.

رابطه میان انگیزه و عاطفه یا هیجان

میان انگیزه و حالت های عاطفی و احساسی رابطه است. زمانی که انگیزه برانگیخته می شود باحالتی از تنش و بی قراری و احساس تشویش همراه است. برای مثال، گرسنگی توأم با یک حالت عاطفی رنج آور است، و ارضای انگیزه

۱- شیخان؛ ترمذی، ابواب الزهد، ج۹، ص۲۰۵؛ ابن ماجه؛ دارمی؛ احمد، ج۱، ص ۳۷۰ ونسنک، ج۱، ص۲۶۶.

۲- ترمذی، ابواب الزهد، ج۹، ص۲۰۵.

معمولاً با احساس شادی همراه می باشد.

پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله به اینحالت عاطفی رنج آورِ همراه با انگیزه اشاره فرموده است. در حدیثی از آن حضرت می خوانیم:

«بار خدایا! به تو پناه می برم از گرسنگی؛ زیرا گرسنگی بد همبستری است...»(۱)

در این حدیث به حالت عاطفیِ رنج آوری که با انگیزه گرسنگی همراه باشد آشکارا اشاره شده است؛ زیرا شخص گرسنه درد گرسنگی و احساس فشار و رنج ناشی از آن را حس می کند. پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله، هم چنین، به احساسِ لذّت و شادمانیِ حاصل از ارضای انگیزه های گرسنگی و تشنگی اشاره نموده است. از علی بن ابی طالب علیه السلام روایت شده است که رسول خدا صلی الله علیه و آله فرمود:

«خداوند تبارک و تعالی می فرماید: روزه از آنِ من است و من، خود، پاداش آن را می دهم. روزه دار را دو شادمانی است: یکی هنگامی که افطار می کند و دیگری زمانی که پروردگارش را دیدار می نماید...».(۲)

شادمانیی که روزه دار هنگام افطار احساس می کند همانا شادمانی ناشی از احساس لذّتِ برخاسته از ارضای انگیزه گرسنگی است.

کشمکش میان انگیزه ها

زمانی که انسان تحت تأثیر دو انگیزه به یکسان نیرومند امّا ناهمسو قرار گیرد به طوری که یکی از انگیزه ها او را به سوی یک هدف بکشاند، و انگیزه دیگر به سمت هدف دیگر، در این صورت انسان حالتی از سرگردانی و تردید را احساس می کند، زیرا اگر به سوی هدف اول حرکت کند نیروی انگیزه ای که او را به سمت هدف دیگر می کشاند شدّت می گیرد و حرکتش را متوقّف می سازد، و او را به سمتِ هدف دیگر می کشاند. بدین سان، فرد به حالتی از تردید و سرگردانی میان این دو هدف

۱- این حدیث را ابو داود آورده است نَوَوی، ج۲، ص۱۰۱۳.

۲- نسائی، ج۴، ص۱۵۹، ۱۶۰.

دچار می شود و نمی توانـد به هیـچ یـک از آن هـا برسـد. این حـالت را تعارض یا کشـمکش روانی می گوینـد. قرآن کریم کشمکش روانی منافقان را که میان ایمان و کفر، میان پیوستن به جامعه مسلمانان یا ملحق شدن به جامعه کفر احساس تردید و دو دلی می کنند، وصف کرده است، آن جا که می فرماید:

«اِنَّ الْمُنَافِقِينَ يُخَادِعُونَ اللّه ـِ وَهُوَ خَادِعُهُمْ وَاِذَا قَامُوا اِلَى الصَّلوهِ قَامُوا كُسَالى يُرَاءُونَ النَّاسَ وَلاَ يَذْكُرُونَ

اللّه ـِ اِلاَّ قَليلاً * مُذَبْذَبينَ بَيْنَ ذلِكَ لاَ اِلى هؤُلاَءِ وَلاَ اِلى هؤُلاَءِ وَمَنْ يُضْلِلِ اللّه ـُ فَلَنْ تَجِدَ لَهُ سَبيلاً».(۱)

«منافقان با خدا نیرنگ می کنند و حال آن که او با آنان نیرنگ خواهد کرد؛ و چون به نماز ایستند با کسالت برخیزند. با مردم ریا می کنند و خدا را جز اندکی یاد نمی کنند. میان آن دو گروه دو دلند. نه با اینانند و نه با آنان، و هر که را خدا گمراه کند هرگز راهی برای [نجات] او نخواهی یافت».

پیامبر اکرم صـلی الله علیه و آله نیز حالت کشـمکش روانی را که منافق در تردیـد بین پیوسـتن به گروه مسـلمانان و یا به گروه کافران احساس می کند، وصف و آن را به حالت گوسفند سرگردان میان دو گلّه تشبیه کرده است که یک بار به این گلّه می پیوندنـد و بار دیگر به آن یکی، و در هیـچ یک از آن دو باقی و ثابت نمی ماند. از ابن عمر روایت شده است که پیامبر صـلی الله علیه و آله فرمود:

«حکـایت منـافق حکـایت گوسـفند سـرگردان میـان دو رمه است که یـک بـار به سـوی این رمه می رود و یـک بـار سوی آن یکی».(۲)

بسـیاری اوقـات انسـان میان انگیزه های مربوط به ارضای نیازهای بـدنی و هوس ها و خواهش های حسّی و امیال و آرزوهای دنیـوی اش از یـک سـو، و انگیزه هـای دینی و تمایلاـت روحی و معنوی اش، از سوی دیگر، که او را به تسـلط بر هوس هـا و امیال و آرزوهای دنیوی اش، برای دستیابی به سـعادت در زنـدگی جاویدان آخرت برمی انگیزند، دچار کشـمکش روانی می شود. پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله کشمکش روانی میان

۱- نساء/۱۴۲، ۱۴۳. نک: محمد عثمانی نجاتی، قرآن و روان شناسی، ص ۵۱، ۵۲.

۲- این حدیث را مسلم در کتاب المنافقین آورده است ناصف، ج۵۴، ص۲۴۵.

جنبه مـادی و جنبه روحی انسـان را، بـا ذکر یک مثال واقعی که تصویر واقعی زنـده ای از این کشـمکش ارائه می دهـد، دقیقا وصف کرده است. آن حضرت می فرماید:

«حکایت من حکایت مردی است که آتشی برافروزد و همین که پیرامونش را روشن ساخت پروانه ها و حشرات خود را در آن می افکنند، و او آنها را پس می زند و مانعشان می شود، باز خود را به دل آتش می زنند. این است حکایت من و شما. من بند کمرتان را می گیرم و شـما را از آتش دور می کنم و می گویم: زنهار آتش، آتش! اما شما مرا کنار می زنید و خود را در آن می افکنید».(۱)

این حدیث تصویر دقیقی از کشمکش میان خواهش های حسّی و وسوسه های زندگی دنیوی، از یک سو، و انگیزه های دینی و معنـوی از سـوی دیگر، ارائه داده است. پیـامبر اکرم، هم چنین، این کشـمکش را، در مقـایسه ای میـان دو نفر، وصـف کرده است، یکی انسان زیرک و خردمندی که شـهوات سـرکش خویش را مهار می کند و بر هوس هایش چیره است و برای حیات آخرت کـار می کنـد، و دیگری انسـان کوته فکر عـاجز از تفکر درست که از هوس ها و خواهش های نفسانی اش پیروی می کنـد و برای آخرت خـویش کـاری انجـام نمی دهـد. از شـدّاد بن اوس روایت شـده است که رسول خـدا صـلی الله علیه و آله فرمود:

«زیرک کسـی است که نفس خویش را مقهور سازد و برای جهان پس از مرگ کار کنـد، و ناتوان کسـی است که نفس خود را تابع هوسش قرار دهد و از خداوند آرزوها طلب کند».(۲)

آن حضـرت در جـای دیگری نیز به این کشـمکش اشـاره فرموده است، آن جـا که مؤمنان را از روانه شـدن در پی هوس ها و لذّت ها و شهوت هایشان، به ویژه شهوت جنسی پرهیز می دهد، و می فرماید:

۱- مسلم، ج۱۵، ص۴۹.

۲- ترمذی، احمد و ابن ماجه (شیبانی، ج۴، ص۱۸۴، ۱۸۵؛ نیز نک: ونسنک، ج۲، ص۱۶۳؛ ناصف، ج۵، ص۲۱۲، ۲۱۳).

«دنیا شیرین و خوش است، و خداوند شما را در آن به خلیفگی نهاده است تا

بنگرد که چگونه کار می کنید. پس، از دنیا بپرهیزید، و از زنان بپرهیزید؛ زیرا نخستین

فتنه بنی اسرائیل از زنان بود».(۱)

از اسامه بن زید روایت شده است که پیامبر صلی الله علیه و آله فرمود:

«پس از درگذشت من، زیانبارترین فتنه برای مردان زنانند».(۲)

و از ابو بَرزه اسلمی روایت شده است که پیامبر خدا صلی الله علیه و آله فرمود:

«بیش ترین چیزی که من از آن بر شما می ترسم شهوت پول و شکم و فرج و فتنه های گمراه کننده است».(۳)

روان شناسان جدید مسأله کشمکش میان انگیزه ها را بررسی کرده اند و به این نتیجه رسیده اند که هرگاه شرایطی پدید آید که در آن یکی از دو انگیزه متعارض به مراتب قوی تر از انگیزه دیگر شود، مشکل حل می شود؛ زیرا، در این حالت، انگیزه دیگر که متضاد با انگیزه قوی تر می باشد دیگر آن چنان نیرویی ندارد که باعث شود انسان احساس دو دلی و سرگردانی میان دو هدف بنماید. حل کشمکش میان انگیزه ها به این شکل در بین بسیاری از انگیزه های متعارضِ مربوط به نیازها و خواست های روزانه عادی انسان رخ می دهد. برای مثال، دانشجویی فکر می کند که باید شب امتحان در اتاقش بماند و درس هایش را مرور کند تا برای امتحان مهمّ فردا آماده شود. از طرف دیگر، ممکن است در همان شب یک رخداد اجتماعی یا فرهنگی یا تفریحی مهم پیش آید، مثلاً، نمایش یک تئاتر مهم در تلویزیون که دوست دارد آن را تماشا کند. در این حالت، آن دانشجو دچار کشمکش درونی می شود:

آیا به مطالعه درس هایش بپردازد، یا تئاتر را تماشا کند و از مرور کردن

۱- مسلم (نَوَوی، ج۱، ص۱۰۳، ۱۰۴).

۲- شیخان نَوَوی، ج۱، ص۲۹۰.

۳- زرین شیبانی، ج۴، ص۳۰۹.

درس هایش بگذرد؟ امّا این کشمکش ممکن است به آسانی حل شود؛ بدین سان که شرایطی به وجود آید که به تقویت یکی از دو میل و سنگین تر شدن کفّه آن بر دیگری بینجامد. مثلاً ـ اگر همکلاسی این دانشجو برای یادآوری درس ها و مباحثه با او نزد وی بیاید، میل به مرور درس ها در او تقویت می شود و کشمکش از بین می رود. اما اگر یکی از همکلاس هایش به اتاق او بیاید تا آن شب را با هم به تماشای تئاتر از تلویزیون بگذرانند، این میل دوم در او نیرومند می شود و باز هم کشمکش برطرف می گردد.

حل کشمکش روانی با این روشی که گفتیم درباره بسیاری از انگیزه های انسان و امیال او در زندگی روزانه اش امکان پذیر است. اما هرگاه کشمکش میان دو انگیزه اساسی و ضروری و مهم باشد، با نادیده گرفتن ارضای یکی از آن دو مشکل حل نمی شود؛ زیرا ممکن است به حالتی از اضطراب بینجامد که این خود، در بسیاری موارد، به سلامت روانی انسان آسیب می زند؛ برای نمونه، شخصی که پیوسته دنبال هوس های دنیوی اش می رود و از انجام وظایف دینی و ارضای تقاضاهای روحی و معنوی اش غافل است نمی تواند احساس آسودگی خاطر و امنیت روانی و سعادت داشته باشد. خداوند متعال می فرماید:

«وَ مَنْ اَعْرَضَ عَنْ ذِكْری فَاِنَّ لَهُ مَعیشَةً ضَنْكًا وَ نَحْشُرُهُ یَوْمَ الْقِیمَهِ اَعْمی»(۱)

«و هر که از یاد من روی گرداند بی گمان او را زندگی تنگ و سختی باشد و روز قیامت او را کور محشور کنیم».

برعکس شخصی که در ارضای انگیزه های روحی و معنوی اش زیاده روی کند چندان که ارضای انگیزه های بدنی خود را به کلی کنار بگذارد یک شخص بهنجار و برخوردار از سلامت جسمی و روانی به شمار نمی آید؛ زیرا ارضا نشدن برخی انگیزه های اساسی بدنی انسان را از مسیر طبیعی دور می سازد و با طبیعت و سرشت او ناهماهنگ است.

۱- طه/۱۲۴.

بهترین راه حل کشمکش میان دو بعد مادّی و معنوی انسان، ایجاد سازگاری میان آن دوست. یعنی انسان هم انگیزه های بدنی خود را در حدّی که شرع به او اجازه داده است ارضا کند و هم، در عین حال، با تقرب جستن به خداوند سبحان از طریق عبادات و انجام کارهای نیک و در پیش گرفتن تقوای الهی و دوری کردن از منهیّات خدا و پیمودن راه و روشی که در زندگی برای ما ترسیم کرده است، به ارضای انگیزه های روحی و معنوی خویش بپردازد:

«وَ ابْتَغِ فیمَا اتیکَ اللّه ُالدَّارَ الْاخِرَةَ وَ لاَ تَنْسَ نَصیبَکَ مِنَ الدُّنْیا...»(۱)

«و با آنچه خدایت داده است سرای آخرت را بجوی و سهم خود را از دنیا فراموش مکن...».

پیامبر خدا صلی الله علیه و آله نمونه ای عالی از یک شخصیت بهنجار است؛ شخصیتی که نیازهای بدنی و روحی در آن متوازن بود. چرا که آن بزرگوار هم انگیزه های بدنیِ فطری خویش را ارضا می کرد: می خورد، می آشامید، می خوابید، و ازدواج می کرد، و هم انگیزه های معنوی اش را: خداوند متعال را با روحی زلال و دلی صاف می پرستید، و با تمام وجود و کمال خضوع و خشوع به درگاه او رو می کرد، از اَنَس روایت شده است که پیامبر صلی الله علیه و آله فرمود:

«از دنیا زن وعطر مورد علاقه من هستند، و نماز نور چشم من است».(۲)

چنین سازشی میان جنبه مادی و جنبه معنوی انسان شدنی است به شرط آن که انسان انگیزه های بدنی و معنوی خود را به گونه معتدل و متوازن ارضا کند. در اسلام روایی در ارضای بی حد و مرز انگیزه های بدنی وجود ندارد. از نظر اسلام باید این انگیزه ها را تحت تسلّط و کنترل در آورد به طوری که تنها از راه های مُجاز شرعی ارضا شوند. رهبانیّت و دنیا گریزی نیز که به محرومیت از برخی انگیزه های بدنی فطری دعوت می کند، از نظر اسلام و پسندیده نیست. برای مثال از عُروه روایت

۱- قصص /۷۷.

۲- نسائی، احمد و حاکم ناصف، ج۲، ص۲۷۹.

شده است که گفت:

زن عثمان بن مظعون، که گمان می کنم خَوله دختر حکیم بود، با سر و وضعی نامرتب، نزد عایشه رفت. عایشه گفت: چرا چنین ؟ خوله گفت: شوهرم شب ها را به عبادت می گذراند و روزها را به روزه داری. پیامبر صلی الله علیه و آله که آمد عایشه داستان را به ایشان گفت. رسول خدا صلی الله علیه و آله عثمان را دید و به او فرمود: «ای عثمان، رهبانیّت بر ما واجب نشده است. مگر من برای تو سرمشق نیستم؟ به خدا سوگند من از همه شما خداترس ترم وحدود او را بیش تر از هر کسی پاس می دارم».(۱)

از اَنس نیز روایت شده است که گفت:

«سه نفر به خانه های همسران پیامبر صلی الله علیه و آله رفتند تا در باره عبادت پیامبر صلی الله علیه و آلهسؤال کنند، و چون خبردار شدند، گویا آن را اندک شمردند. لذا گفتند: ما با پیامبر صلی الله علیه و آلهفرق می کنیم. او گناهان گذشته و آینده اش آمرزیده شده است. پس، یکی از آن ها گفت: از این پس، من همه شب را به نماز و عبادت خواهم گذراند. دیگری گفت: من هم مادام العمر روزه خواهم گرفت، و سومی گفت: من هم از زن کناره گیری می کنم و هرگز ازدواج نخواهم کرد. در این هنگام پیامبر خدا صلی الله علیه و آله آمد و فرمود: شمایید که چنین و چنان گفتید؟ به خدا قسم من از همه شما خدا ترس تر و پرهیزگارترم اما گاه روزه می گیرم و گاه روزه نمی گیرم، نماز می خوانم و پاسی از شب را هم می خوابم، و با زنان ازدواج هم می کنم. پس، هر که از سنّت من روی گرداند از من نیست».(۲)

از عبداللّه بن عمرو بن عاص روایت شده است که رسول خدا صلی الله علیه و آله فرمود:

«ای عبداللّه! درست است که تو روزها روزه می گیری و شب ها را به عبادت می گذرانی؟ عرض کردم: بله، اما رسول خدا. فرمود: چنین مکن. برخی روزها روزه بگیر و برخی روزها بخور، پاسی از شب عبادت کن و پاسی از آن بخواب؛ زیرا بدنت را نیز به تو حقی است، چشمت را بر توحقی است، و همسرت هم بر تو

۱- احمد، ج۶، ص۲۲۶.

۲- شیخان و نسائی ناصف، ج۲، ص۲۷۸.

حقّی دارد».(۱)

ابو جُحَیفه وهب بن عبداللّه می گوید:

«پیامبر صلی الله علیه و آله سلمان و ابو درداء را برادر هم قرار داد. روزی سلمان به دیدن ابودرداء رفت، دید امّ درداء [همسر ابو درداء] سر و وضع نامرتبی دارد. سلمان گفت: تو را چه شده است؟ ام درداء گفت: برادرت ابو درداء به دنیا نیازی ندارد. ابو درداء آمد و برایش غذایی فراهم آورد و به سلمان گفت: تو بخور، من روزه هستم. سلمان گفت: تا تو نخوری من نمی خورم، ابو درداء خورد. شب که شد ابو درداء رفت تا مشغول عبادت شود. سلمان به او گفت: بخواب، و او خوابید و بعد بیدار شد و خواست مشغول عبادت شود که سلمان باز گفت: بخواب. آخر شب که شد سلمان گفت: حالا برخیز. و هر دوی ما نماز خواندیم. سلمان به او گفت: پروردگارت بر تو حقّی دارد، نفست بر تو حقی دارد، و همسرت نیز بر تو حقی دارد. پس حق هر صاحب حقی را ادا کن. ابو درداء نزد پیامبر صلی الله علیه و آله رفت و این موضوع را به آن حضرت گفت. پیامبر صلی الله علیه و آله فرمود: سلمان راست گفته است».(۲)

از سعد بن ابی وقاص روایت شده است که عثمان بن مظعون از پیامبر صلی الله علیه و آلهاجازه خواست تا تارک دنیا شود اما حضرت او را از این کار نهی فرمود.(۳) از سعد بن هشام

روایت شده است که عایشه گفت: پیامبر صلی الله علیه و آله از تارک دنیا شدن نهی کرد.(۴) ابن مسعود نیز می گوید:

«خدمت رسول خدا صلی الله علیه و آله بودیم و زن نداشتیم.عرض کردیم: ای پیامبر خدا، اجازه می دهید خود را خواجه سازیم؟ پیامبر ما را از این کار نهی کرد و فرمود: «ای کسانی که ایمان آورده اید پاکیزه هایی را که خدا بر شما حلال ساخته است حرام

۱- بخاری، ج۱۹، ح۵۱۹۹؛ مسلم منذری، ح۶۲۸.

۲- بخاری نَوَوی، ج۱، ص۱۷۱.

۳- نسائی، ج۶، ص۵۸؛ ترمذی.

۴- نسائی، کتاب النکاح باب النهی عن التبتل ج۶، ص۵۹.

نگردانید... تا آخر آیه».(۱)

پیامبر صلی الله علیه و آله به میانه روی و اعتدال در عبادت توصیه کرده واز افراط و سخت گیری در آن نهی فرموده است. از ابو هریره نقل شده است که پیامبر صلی الله علیه و آله فرمود:

«دین آسان است، و هرگز کسی با دین پنجه در نیفکنَد مگر آن که مغلوب شود. پس سداد پیشه کنید، و نزدیک شوید، و خوش باشید، و از صبح و عصر و اندکی از شب کمک بگیرید». در روایت دیگری آمده است که: «و نزدیک شوید و صبح و عصر و اندکی از شب [را به عبادت گذرانید]. میانه روی، میانه روی پیش کنید تا [به مقصد] برسید».(۲)

نَوَوی در تفسیر این حدیث می گوید: «.. معنای این حدیث آن است که در طاعت خداوند عزّوجل از عمل، در زمانی که سرحال و با نشاط هستید و فراغت بال دارید، کمک بگیرید به طوری که از عبادت لذّت ببرید و خسته و دلزده نشوید و به مقصدتان برسید. همچنان که مسافر با تجربه در چنین اوقاتی (صبح و عصر و پاسی از شب) راه می پیماید و در بقیه اوقات خودش و مرکوبش را استراحت می دهد، و بدون خستگی به مقصد می رسد.(۳)

بنابراین، در این حدیث پیامبر صلی الله علیه و آله به میانه روی و اعتدال در عبادت فرا می خواند، و از زیاده روی و سخت گیری در آن نهی می کند. این که می فرماید: «سداد پیشه کنید» یعنی میانه روی در پیش گیرید و از افراط بپرهیزید. و عبارت: «نزدیک شوید» به معنای آن است که اگر نتوانستید کار را به کامل ترین شکل آن انجام دهید، نزدیک به آن به جا آورید.(۴)

از اَنس روایت شده است که: پیامبر صلی الله علیه و آله وارد مسجد شد، دید میان دو ستون

۱- احمد، ج ۱، ص ۴۵۰.

۲- بخاری نَوَوی، ج ۱، ص۱۶۸.

۳- نَوَوی، ج ۱، ص۱۶۸.

۴- مصطفی سعید الخِن و دیگران، نزهه المتقین شرح ریاض الصالحین من کلام سیدالمرسلین، ابو زکریامحیی الدین یحیی نَوَوی، ج ۱، ص۱۶۹.

طنابی کشیده شده است. فرمود: این طناب چیست؟ عرض کردند: این طناب را زینب کشیده است تا هرگاه از حال رفت آن را بگیرد. پیامبر صلی الله علیه و آله فرمود: «بازش کنید. هر یک از شما باید وقتی سرحال و با نشاط است نماز بخواند، و چون سست شد برود استراحت کند».(۱)

این حدیث نشانگر میانه روی در عبادت و خودداری از زیاده روی و سخت گیری در این کار است.

البته، گاه پیش می آید که دو انگیزه اساسی نیرومند با یکدیگر تعارض پیدا می کنند به طوری که انسان به دشواری می تواند هر دوی آن ها را هم زمان ارضا کند. در چنین مواردی انسان قدرت تسلط بر یکی از دو انگیزه و کنترل آن را دارد و می تواند برای مدتی ارضای آن را به تأخیر افکند تا این که شرایط مناسب فراهم آید. مثلاً می تواند از روش هایی بهره گیرد که به او امکان می دهد بر انگیزه هایی که می بایست ارضای آن ها را به تعویق اندازد مسلّط شود و نیرویشان را تا حد معتدلی کاهش دهد به طوری که بتواند خود را از تنش و اضطراب ناشی از آن دور نگه دارد.

مهار انگیزه ها

چنان که پیش تر گفتیم، حکمت خداوند بزرگ چنین اقتضا کرده است تا در سرشت انسان و حیوان انگیزه هایی وجود داشته باشد که آن ها را به انواع رفتارهای هماهنگ و ضرور برای حفظ ذات و بقای نوعشان برانگیزد. بنابراین، ارضای این انگیزه ها یک امر طبیعی و واجب است که فطرت آن را اقتضا می کند و حفظ زندگی فرد و بقای نوع در گرو آن می باشد. اسلام هم دین فطرت است وتعالیم آن با سرشت انسان تعارضی ندارد. اسلام انگیزه های اساسی فطری انسان را نفی نمی کند. انگیزه جنسی را انگیزه ای پلید و حقیر نمی شمارد و به نفی این انگیزه و محرومیت از آن فرا نمی خواند. امّا، با این حال، دست انسان را در ارضای

۱- شیخان نَوَوی، ج۱، ص۱۶۹.

انگیزه ها کاملاً باز نمی گذارد و اجازه ارضای بی قید و بند آن ها را نمی دهد، بلکه به کنترل فرایند ارضای انگیزه ها به دو روش، دعوت می کند؛ اول از ما می خواهد که انگیزه های خود را تنها از راه حلال ارضا کنیم و هرگز از طرق حرام و غیر مجاز به ارضای آن ها نپردازیم. دوم از ما می خواهد که در ارضای انگیزه هایمان راه اعتدال و میانه روی بپوییم و ما را از افراط و زیاده روی در این باره نهی می کند. نگارنده، پیش تر، در کتاب قرآن و روان شناسی(۱) روش قرآن کریم را برای کنترل ارضای نیازهای اساسی مردم با این دو روش، بررسی و بسیاری از آیاتی را که به این مطلب اشاره دارد ذکر کرده است. پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله نیز به کنترل ارضای نیازها با این دو روش دعوت کرده است.

کنترل از طریق ارضای حلال

پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله به ارضای انگیزه هایمان از راه روا و دوری از ارضای آن ها به روش ناروا دعوت کرده است. در روایتی آمده است که آن حضرت فرمود:

«ای مردم! خداوند بزرگ پاک است و جز پاک نمی پذیرد. خداوند بزرگ به مؤمنان همان فرموده است که به رسولان فرمود. فرموده است: «ای رسولان، از پاکیزه ها بخورید و کار نیک کنید»، و فرموده است: «ای کسانی که ایمان آورده اید از پاکیزه هایی که به شما روزی کرده ایم، بخورید». حضرت سپس مردی را مثال زد که راه درازی پیموده و ژولیده و غبار گرفته دست به آسمان بر می دارد و یا رب یا رب می گوید در حالی که خوراکش حرام ونوشاکش حرام و پوشاکش حرام است و با حرام تغذیه شده است. کجا دعای چنین کسی مستجاب می شود؟».(۲)

در این حدیث، پیامبر خدا صلی الله علیه و آله از خوراک و نوشیدنی و پوشاک حرام نهی می فرماید؛ چرا که این ها خداوند متعال را به خشم می آورد و باعث پذیرفته نشدن

ص:۴۴

۱- محمد عثمان نجاتی، قرآن و روان شناسی، ص ۵۲ - ۶۳.

۲- مسلم و ترمذی شیبانی، ج۴، ص۱۳۷، ۱۳۸؛ احمد و دارمی.

دعا به درگاه او می شود.

از خَوْله انصاریّه روایت شده است که گفت: از رسول خدا صلی الله علیه و آله شنیدم که می فرماید:

«مردانی در مال خدا به ناحق دست می برند. نصیب اینان در روز قیامت آتش است».(۱)

در این حدیث رسول خدا صلی الله علیه و آله آشکارا ارضای انگیزه تملکِ به ناحق و به دست آوردن آن از راه های ناروا و نامشروع را نهی فرموده و به کسی که چنین کند وعده عذاب در آتش دوزخ را داده است.

از نعمان بن بشیر روایت شده است که پیامبر خدا صلی الله علیه و آله فرمود:

«حلال روشن است، حرام هم روشن است، و میان این دو اموری مشتبه هستند که بسیاری از مردم [حلال و حرام بودن] آن ها را تشخیص نمی دهند. پس هر که از شبهات پرهیز کند دین و آبرویش را حفظ کرده است، و هر که در شبهات بیفتد در حرام می افتد. همانند چوپانی که [رمه خود را] در اطراف قرقگاه بچراند، چیزی نمانده که وارد آن شود. بدانید که هر پادشاهی قرقگاهی دارد، و قرقگاه خدا حرام های اوست...».(۲)

در این حدیث، همچون دو حدیث پیش، پیامبر صلی الله علیه و آله به ارضای انگیزه ها از راه حلال دعوت نموده و از ارضای آن ها به روش حرام یا حتّی از طریق امور شبهه ناک نهی کرده است. آن حضرت در حدیثی دیگر فرموده است که ارضای انگیزه ها از راه حرام با ایمان حقیقی سازگار نیست، و چنین کاری از کسی که دارای ایمان درست و ناب باشد سر نمی زند. می فرماید:

«زناکار در هنگامی که زنا می کند مؤمن نیست. سارق در زمانی که سرقت می کند مؤمن نیست. شرابخوار در هنگامی که شراب می نوشد مؤمن نیست، و غارتگر چیز

۱- بخاری و ترمذی شیبانی، ج۴، ص۱۳۸.

۲- شیخان ابوداود، ترمذی، نسائی شیبانی، ج۴، ص۱۳۸.

گران بهایی که چشم مردم به آن دوخته می شود، در زمانی که آن را غارت می کند مؤمن نیست».(۱)

بنابراین، شخص برخوردار از ایمان نیرومند و راستین، ایمانش او را از آلوده شدن به گناهانی چون زنا و سرقت و شرابخواری حفظ می کند، اما کسی که این گناهان را مرتکب می شود ایمانش به آن درجه از نیرومندی نرسیده است که او را از ارتکاب آن ها باز بدارد.

کنترل از طریق اعتدال در ارضای نیازها

پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله علاوه بر دعوت به ارضای انگیزه ها از راه حلال، به میانه روی و اعتدال در ارضای آن ها نیز فرا خوانده و از زیاده روی در این باره نهی کرده است. این در واقع تأکیدی است بر سخن قرآن کریم که از زیاده روی در ارضای انگیزه ها باز داشته است. خداوند متعال می فرماید:

«يَا بَنِى ادَمَ خُذُوا زينَتَكُمْ عِنْدَ كُلِّ مَسْجِدٍ وَكُلُوا وَاشْرَبُوا وَلاَ تُسْرِفُوا اِنَّهُ لاَ يُحِبُّ الْمُسْرِفينَ»(۲)

«ای فرزندان آدم، زیور [جامه] خود را در هر نمازی برگیرید، و بخورید و بیاشامید ولی زیاده روی مکنید که او زیاده روان را دوست نمی دارد».

احادیث فراوانی از پیامبر خدا صلی الله علیه و آله رسیده است که این نهی قرآنی از زیاده روی در ارضای انگیزه ها را تأکید می کند. برای نمونه، از ابوذر روایت شده است که پیامبر صلی الله علیه و آله فرمود:

«بخورید و بیاشامید و بپوشید و صدقه دهید اما زیاده روی نکنید و متکبر نباشید».(۳)

مقدام بن مَعْدیکرِب از رسول خدا صلی الله علیه و آله روایت کرده است که فرمود:

ارضای نیازها

۱- شیخان، ابو داود، ترمذی، نسائی شیبانی، ج۴، ص۳۰۹، ۳۱۰.

۲- اعراف /۳۱.

۳- بخاری ناصف، ج۳، ص۱۶۳.

«آدمی هیچ ظرفی بدتر از ظرف شکمش پر نکرده است. آدمیزاده را سه لقمه که او را سر پا نگه دارد، بس است، و اگر ناچار بیش تر خـواست، پس یـک سوم [معـده اش] برای خـوراکش باشـد، یـک سوم برای نوشـیدنی و یـک سوم برای نفس کشیدنش».(۱)

در این دو حدیث، پیامبر خدا صلی الله علیه و آله از زیاده روی در خوردن و نوشیدن و پوشیدن نهی کرده است. چرا که زیاده روی در خوردن برای سلامت مضر است و باعث چاقی می شود و چاقی، خود، مسبب بسیاری از بیماری هاست، در واقع، انسان به مقدار اندکی غذا نیاز دارد. در حدّی که به او نیروی لازم برای زیستنی سالم را بدهد، و هم چنین او را در انجام دادن وظایف گوناگونش در زنـدگی روزانه کمک کنـد. غذای مازاد بر نیاز بدن به چربی تبدیل می شود و باعث سنگین تر شدن انسان می شود، چالاـکی او را کنـد می سازد، زود احساس خستگی می کنـد، و برای دچار شـدن به بسیاری از بیماری ها آمادگی می یابد. با این توضیحات روشن می شود که چرا قرآن کریم و پیامبر از زیاده روی در خوردن نهی کرده اند، و چرا رسول اکرم صلی الله علیه و آله اصحابش را به میانه روی و اعتدال در خورد و خوراک توصیه می فرمود. مثلاً فرموده است:

«خوراک دو نفر برای سه نفر کافی است، و خوراک سه نفر برای چهار نفر بس است».(۲)

در حدیث دیگری، به روایت جابر، آمده است:

«خوراک دو نفر برای چهار نفر کافی است، و خوراک چهار نفر برای هشت نفر بس است».(۳)

از آنچه گفتیم، حکمت روزه که خداوند سالی یک ماه آن را بر مردم واجب

۱- ترمذی، احمد، حاکم ناصف، ج۵، ص۱۶۷.

۲- شیبانی، ج۲، ص۱۳۰.

۳- شیبانی، ج۲، ص۱۳۰.

فرموده است، روشن می شود؛ چرا که در این مدت دستگاه گوارش می آساید، و بدن از چربی هایی زاید و رسوبات مضر رهایی می یابد.

مهار انگیزه جنسی

انگیزه جنسی از انگیزه های فیزیولوژیک نیرومند است که مدام در پی ارضای خود است، به ویژه در مرحله جوانی که انسان در اوج نیرومندی و شادابی و نشاط به سر می برد. گاهی اوقات فشار انگیزه جنسی بر جوان به حدّی می رسد که، رنج ناشی از کشمکش برای چیره آمدن بر این انگیزه موجب آشفتگی و اضطراب بسیاری برای او می گردد. شکی نیست که ازدواج زود هنگام بهترین راه برای رهایی از شدّت فشار انگیزه جنسی و کشمکش روانی ناشی از آن است اما بسیاری از جوانان، به دلایل اقتصادی و اجتماعی، توانایی چنین از دواجی را ندارند. در این صورت، جوان می تواند با استفاده از راه های دیگری، راههایی چون ورزش که بخش زیادی از انرژی او را تخلیه می کند و باعث تضعیف انگیزه جنسی می شود، یا کارهای ادبی و هنری و فعالیت های گوناگون اجتماعی که طی آن ها انسان به تخلیه بخش عمده ای از انرژی خود می پردازد. روزه گرفتن، به سبب کاهش خوراک از یک سو و مشغول شدن ذهن جوان به عبادت از سوی دیگر، به ضعف انگیزه جنسی می انجامد. پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله جوانان را به ازدواج تشویق می فرمود، و کسی را که توان ازدواج کردن نداشت به روزه گرفتن ترغیب می کرد. برای مثال، از عبداللّه بن مسعود روایت شده است که رسول خدا صلی الله علیه و آله فرمود:

«ای گروه جوانان! هر یک از شما که توانایی دارد ازدواج کند، زیرا ازدواج کردن باعث چشم پوشی از حرام و مایه پاکدامنی است، و هر کس نمی تواند، روزه بگیرد، زیرا روزه شهوت را دور می کند».(۱)

ص:۴۸

۱- بخاری، ج۱۹، ص۱۲۹ - ۱۳۲، ح۵۰۶۵؛ مسلم، ج۹، ص۱۷۲؛ ابو داود، ج۲، ح۲۰۴۶؛ ترمذی، ج۴، ص ۳۰۱؛ نسائی، ج۴، ص ۱۶۹ - ۱۷۱؛ دارمی، ج۲، ح ۲۱۷۱؛ احمد، ج۱، ص۴۴۷.

ازدواج بهترین راه برای مهار انگیزه جنسی است، زیرا، به ارضای آن از راه روا و مشروع می انجامد، باعث خویشتنداری از ارضای آن به روش حرام می شود. از ابوذر روایت شده است که گفت: مردی به نام عکاف بن بشر تمیمی به حضور پیامبر خدا صلی الله علیه و آله رسید. پیامبر صلی الله علیه و آله به او فرمود:

«ای عکاف! آیا همسر داری؟» عرض کرد: خیر. فرمود: کنیز چه؟» عرض کرد: کنیزی هم ندارم. فرمود: «تمکّن مالی داری؟». عرض کرد: تمکّن مالی دارم. فرمود: «پس، تو از برادران شیطانی. اگر نصرانی بودی از راهبان آنان می بودی. اما سنّت ما ازدواج است. بدترین شما عَزَب های شمایند، و پست ترین مردگان شما عزب های شمایند. آیا با شیطان بازی می کنید. شیطان برای صالحان سلاحی برنده تر از زنان ندارد، مگر همسر داران. اینان از گناه و آلودگی پاک و مصون می مانند. وای بر تو ای عکاف! ایوب و داود و یوسف و کرسف همسر داشته اند». بشر بن عطیه پرسید: کرسف کیست ای رسول خدا؟ فرمود: «مردی بود که سیصد سال در ساحلی از سواحل دریا خدا را عبادت می کرد و روزها روزه می گرفت و شب ها را به نماز می گذراند، سپس عاشق زنی شد وعبادت خداوند عزّوجل را رها کرد و به خدای بزرگ کافر شد. بعد خداوند گذشته او را جبران نمود و توبه اش را پذیرفت. وای بر تو ای عکاف، ازدواج کن وگرنه از مُذَبذبان هستی...».(۱)

پیامبر صلی الله علیه و آله پدران را تشویق و ترغیب کرده است که چنانچه جوان متدین و خوش اخلاقی به خواستگاری دخترشان آمد او را به ازدواج وی در آورند. چرا که این امر از رواج فساد در جامعه پیش گیری می کند. فرموده است:

«هر گاه کسی که دین و اخلاق او را می پسندید به خواستگاری نزد شما آمد به او زن دهید. اگر چنین نکنید آشوب و فساد گسترده ای در زمین پدید آید».(۲)

پیامبر صلی الله علیه و آله مردم را به آسان گرفتن در امر ازدواج توصیه می کرد، و خود نیز به

۱- احمد، ج۵، ص۱۶۳ - ۱۶۴.

۲- ترمذی، ج۵، ص۳۰۵؛ ابن ماجه، در باب نکاح ونسنک؛ ج۲، ص۱۶۷.

منظور تشویق جوانـان به ازدواج، در ازدواج هـایش مهریه هـای سـبکی قرار می داد و از زیـاده روی در این باره خودداری می ورزیـد. برای نمونه، از سـهل بن سـعد روایت شـده است که زنی خـدمت پیامبر صـلی الله علیه و آله آمد و گفت: آمده ام که خودم را به شما هبه کنم. رسول خدا صلی الله علیه و آله لحظه ای نگاهش را به وی دوخت، سپس سرش را پایین انداخت. زن وقتی دید که پیامبر صـلی الله علیه و آله درباره او قضاوتی نکرد، نشست. مردی از اصحاب حضرت برخاست و عرض کرد: ای رسول خدا، اگر شما به او نیازی ندارید به ازدواج من در آوریدش. پیامبر صلی الله علیه و آله فرمود:

«آیاچیزی داری؟» عرض کرد: نه به خـدا ای رسول خـدا. فرمود: «به خانه ات برو ببین چیزی می یابی». مرد رفت و بازگشت و گفت: نه ای رسول خـدا، چیزی نیافتم. فرمود: «برو ببین حتی یک انگشتر آهنین هم نـداری». مرد رفت و دوباره آمـد و گفت: نه ای رسول خدا، انگشتری آهنین هم نیافتم. همین اِزار را دارم. نصـفش مال او. رسول خدا صلی الله علیه و آله فرمود: «ازارت به چه کار می آید. اگر خودت آن را بپوشـی چیزی برای او نمی ماند، و اگر او بپوشدش چیزی از آن برای تو نمی ماند». مرد مـدتی نشـست، سـپس برخاست و رفت. پیامبر صـلی الله علیه و آله فرمود او را صـدا زنند. وقتی بازگشت، حضـرت فرمود: «از قرآن چه می دانی؟» عرض کرد: فلاـن و بهمـان سوره را بلـدم و چنـد سوره را نـام برد. حضـرت فرمود: «آیا آن ها را از حفظ داری؟» عرض کرد: آری. فرمود: «برو، او را در برابر آنچه از قرآن می دانی به تملیک تو در آوردم». در روایت

دیگری آمده است: «او را در برابر آنچه از قرآن می دانی به تزویج تو در آوردم».(1)

از دیگر عواملی که به کنترل انگیزه جنسـی کمـک می کنـد این است که جوانان در معرض دیـدن جـذابیت های بـدن زن که انگیزه جنسی را در آنان تحریک می کند، قرار نگیرند، به همین دلیل خداوند متعال، در سوره نور، مردان و زنان مسلمان را به فروهشتن چشم دستور داده است. هم چنین به زنان فرموده است که زیب و زیور خود را نمایان نسازند و گردن و گریبان خود را با چارقدهایشان بپوشانند. در قرآن

۱- شیخان، مالک، ابو داود، ترمذی ناصف، ج۲، ص۲۹۸ - ۲۹۹.

کریم آمده است:

«وَقُلْ لِلْمُؤْمِنَاتِ یَغْضُضْنَ مِنْ اَبْصَارِهِنَّ وَیَحْفَظْنَ فُرُوجَهُنَّ وَ لاَ یُبْدِینَ زِینَتَهُنَّ اِلاَّ مَا ظَهَرَ مِنْهَا وَ لْیَضْرِبْنَ

بِخُمُرِهِنَّ عَلی جُیُوبِهِنَّ وَ لاَ یُبْدِینَ زِینَتَهُنَّ اِلاَّ لِبُعُولَتِهِنَّ اَوْ ابَائِهِنَّ اَوْ ابَاءِ بُعُولَتِهِنَّ اَوْ اَبْنَائِهِنَّ اَوْ اَبْنَاءِ بُعُولَتِهِنَّ اَوْ اِخْوَانِهِنَّ اَوْ بَنی اِخْوَانِهِنَّ اَوْ بَنی اَخَوَاتِهِنَّ اَوْ نِسَائِهِنَّ اَوْ مَا مَلَکَتْ اَیْمَانُهُنَّ اَوِ التَّابِعینَ غَیْرِ اُولِی الاِْرْبَهِ مِنَ الرِّجَالِ اَوِ الطِّفْلِ الَّذینَ لَمْ یَظْهَرُوا عَلی عَوْرَاتِ النِّسَاءِ وَلاَ یَضْرِبْنَ بِاَرْجُلِهِنَّ لِیُعْلَمَ مَا یُخْفینَ مِنْ زینَتِهِنَّ وَ تُوبُوا اِلَی اللّه ِ جَمیعًا اَیُّهَ الْمُؤْمِنُونَ لَعَلَّکُمْ تُفْلِحُونَ * وَقُلْ لِلْمُؤْمِنَاتِ یَغْضُضْنَ مِنْ اَبْصَارِهِنَّ وَیَحْفَظْنَ فُرُوجَهُنَّ وَ لاَ یُبْدِینَ زِینَتَهُنَّ اِلاَّ مَا ظَهَرَ مِنْهَا وَ لْیَضْرِبْنَ بِخُمُرِهِنَّ عَلی جُیُوبِهِنَّ وَ لاَ یُبْدِینَ زِینَتَهُنَّ اِلاَّ لِبُعُولَتِهِنَّ اَوْ ابَائِهِنَّ اَوْ ابَاءِ بُعُولَتِهِنَّ اَوْ اَبْنَائِهِنَّ اَوْ اَبْنَاءِ بُعُولَتِهِنَّ اَوْ اِخْوَانِهِنَّ اَوْ بَنی اِخْوَانِهِنَّ اَوْ بَنی اَخَوَاتِهِنَّ اَوْ نِسَائِهِنَّ اَوْ مَا مَلَکَتْ اَیْمَانُهُنَّ اَوِ التَّابِعینَ

غَیْرِ اُولِی الاِْرْبَهِ مِنَ الرِّجَالِ اَوِ الطِّفْلِ الَّذینَ لَمْ یَظْهَرُوا عَلی عَوْرَاتِ النِّسَاءِ وَلاَ یَضْرِبْنَ بِاَرْجُلِهِنَّ لِیُعْلَمَ مَا یُخْفینَ مِنْ زینَتِهِنَّ وَ تُوبُوا اِلَی اللّه ِ جَمیعًا اَیُّهَ الْمُؤْمِنُونَ لَعَلَّکُمْ تُفْلِحُونَ».(۱)

«به مردان با ایمان بگو: دیده فرو نهند و پاکدامنی ورزند که این برای آنان پاکیزه تر است؛ زیرا خدا به آنچه می کند آگاه است. و به زنان با ایمان بگو: دیدگاه خود را فرو

نهند و پاکدامنی ورزند و زیورهای خود را آشکار نگردانند مگر آنچه که [طبعا] از آن پیداست. و باید روسری خود را بر گردن خویش فرو اندازند و زیورهایشان را جز برای شوهرانشان یا پدرانشان یا پدران شوهرانشان یا پسرانشان یا پسران شوهرانشان یا برادرانشان یا پسران برادرانشان یا پسران خواهرانشان یا زنان [هم کیش] خود یا کنیزانشان یا خدمتکارانِ مرد که [از زن] بی نیازند یا کودکانی که بر عورت های زنان وقوف حاصل نکرده اند، آشکار نکنند. و پاهای خود را [به گونه ای به زمین] نکوبند تا آنچه از زینت هایشان نهفته می دارند معلوم گردد. ای مؤمنان، همگی [از مرد و زن] به درگاه خدا توبه کنید، امید که رستگار شوید».

پیامبر خدا صلی الله علیه و آله نیز زنان را به حجاب و پوشاندن زینتشان دعوت کرده و آنان را از پوشیدن لباس هایی که جزئیات بدن آن ها را نشان دهد نهی فرموده است تا جوانان در معرض عواملی که انگیزه جنسی آنان را بر می انگیزد قرار نگیرند. از عایشه

ص:۵۱

۱- نور /۳۰-۳۱.

روایت شده است که پیامبر صلی الله علیه و آله به خواهر او، اسماء دختر ابوبکر، که با جامه هایی نازک نزد آن حضرت آمد، فرمود:

«اسماء! زن چون به سنّ قاعدگی رسید درست نیست که جایی از بدنش دیده شود به استثنای این و این»، و به صورت و دستش اشاره کرد.(۱)

هم چنین زنان را از عطر زدن به خود و رفتن به کوچه و خیابان با آن طوری که بوی آن به مشام مردها برسد نهی کرده است؛ زیرا ممکن است این امر باعث تحریک انگیزه جنسی در مردان بشود. از اشعری روایت شده است که پیامبر خدا صلی الله علیه و آله فرمود:

«هر زنی که عطر بزند و بر عدّه ای بگذرد تا بوی او را استشمام کنند زناکار است».(۲)

نیز از خلوت کردن زن و مرد نهی کرده است؛ چرا که این کار عاملی برای تحریک انگیزه جنسی است؛ زیرا وقتی زن و مردی با هم تنها می شوند شیطان می کوشد آن دو را اغوا کند و به ارتکاب گناه بکشاند. بعضی افراد در چنین مواردی ضعیف هستند و در برابر شهوات خود که شیطان در آنان بر می انگیزد سر تسلیم فرود می آورند و به گناه می افتند. در حدیثی طولانی از پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله آمده است:

«... هیچ مردی با زنی خلوت نکند مگر آن که شیطان سومین آن ها باشد...»(۳)

از ابن عباس نیز روایت شده است که رسول خدا صلی الله علیه و آله فرمود:

«هیچ مردی نباید با زنی تنها شود مگر این که محرمی با آن زن باشد». مردی برخاست وعرض کرد: ای رسول خدا، زن من برای حج رفته است و خود من برای فلان و بهمان غزوه نام نویسی کرده ام. پیامبر فرمود: «پس برو و با همسرت حج بگزار».(۴)

۱- ابو داود در کتاب اللباس، ج۴، ح۱۴۰۴؛ نیز نک: معوض عوض ابراهیم، الاسلام والاسره، ص۱۳۷.

۲- ترمذی، نسائی، احمد ج۴، ص۴۱۴؛ دارمی (ونسنک، ج۲، ص۳۴۷).

۳- ترمذی شیبانی، ج۳، ص۴۴.

۴- شیخان شیبانی، ج۲، ص۱۶۰.

یکی دیگر از عواملی که به کنترل انگیزه جنسی کمک می کند این است که جوان خود را در معرض دیدن چیزی که انگیزه جنسی اش را بر می انگیزد قرار ندهد. به همین دلیل، پیامبر صلی الله علیه و آله توصیه فرموده است که از نگاه طولانی به زنان پرهیز شود؛ چون این کار شهوت را بر می انگیزد. از بُرَید، روایت شده است که رسول خدا صلی الله علیه و آلهبه علی علیه السلام فرمود:

«ای علی، نگاه از پی نگاه مکن! زیرا نگاه اول حق توست، و نگاه دوم حق تو نیست».(۱)

از ابن عباس روایت شده است که فضل بن عباس در ترک پیامبر خدا صلی الله علیه و آله نشسته بود که زنی آمد و با حضرت به صحبت پرداخت. فضل شروع به نگاه کردن به آن زن کرد. پیامبر صلی الله علیه و آله صورت او را به طرف دیگر بر گرداند.(۲)

جریر نیز می گوید: از پیامبر صلی الله علیه و آله درباره نگاه ناگهانی پرسیدم، فرمود:

«نگاهت را بر گردان».(۳)

پیامبر صلی الله علیه و آله به مردان متأهل توصیه می کرد که هرگاه چشمشان به زن زیبایی افتاد و تحریک شدند با همسر خود همبستر شوند؛ زیرا این امر شهوت آنان را خاموش می سازد و در کنترل آن کمکشان می کند. می فرماید:

«هرگاه فردی از شما از زنی خوشش آمد و در دل او نشست برود و با همسرش مواقعه کند. این کار تأثیری را که در دل او پدید آمده است از بین می برد».(۴)

خانواده باید سعی کند کودکان از هر چیزی که ممکن است انگیزه جنسی آنان را زود هنگام بیدار سازد دور نگه دارد. مطالعات روانکاوی روشن ساخته است که انگیزه جنسی، اگر چه در دوره بلوغ یعنی مرحله نضج جنسی، آشکارا ظهور می کند اما این نضج ناگهانی رخ نمی دهد بلکه با عبور از مراحل رشد زمینه ظهور نضج

۱- ابو داود، ترمذی شیبانی، ج۳، ص۴۱، ۴۲.

۲- نسائی، مناسک الحج، ج۵، ص۱۱۸ - ۱۱۹.

۳- مسلم، ابو ادود، ترمذی، نسائی ناصف، ج۲، ص ۳۳۰.

۴- مسلم، ابو داود، ترمذی، نسائی ناصف، ج۲، ص ۳۳۱.

کامل آن در مرحله بلوغ فراهم می آید؛ بنابراین، اگر کودک در معرض تحریکات شدید و تجربه هایی که انگیزه جنسی او را بر می انگیزد قرار بگیرد این امر به فعال ساختن زود هنگام انگیزه جنسی او کمک می کند و این، خود، در روند رشد جنسی طبیعی او در آینده تأثیر زیان باری می گذارد و به پیدایش پاره ای گرایش های انحرافی می انجامد. بنابراین، باید از قرار دادن کودکان در معرض عواملی که انگیزه جنسی را در آن ها بر می انگیزد پرهیز کرد. قرآن کریم چهارده قرن پیش از آن که زیگمون فروید (Sigmund Freud)، بنیان گذار مکتب روانکاوی، اهمیت این امر را

در روند رشد جنسی کودکان کشف کند؛ راجع به خطر احتمالیِ ناشی از آن هشدار داده است. قرآن کریم به مسلمانان توصیه می کند که به کودکان بیاموزند که هنگام وارد شدن بر والدین خود از آنان اجازه بگیرند تا مبادا چشمشان به عورت آنان بیفتد یا آن دو را در وضعیتی ببیند که نباید ببیند. خداوند عزّوجل می فرماید:

«یَاءَیُّهَا الَّذینَ امَنُوا لِیَسْتَأْذِنْکُمُ الَّذینَ مَلَکَتْ اَیْمَانُکُمْ وَ الَّذینَ لَمْ یَبْلُغُوا الْحُلُمَ مِنْکُمْ ثَلٰثَ مَرَّاتٍ مِنْ قَبْلِ صَلوهِ الْفَجْرِ وَ حینَ تَضَعُونَ ثِیَابَکُمْ مِنَ الظَّهیرَهِ وَ مِنْ بَعْدِ صَلوهِ الْعِشَاءِ ثَلٰثُ عَوْرَاتٍ لَکُمْ لَیْسَ عَلَیْکُمْ وَلاَ عَلَیْهِمْ جُنَاحٌ بَعْدَهُنَّ طَوَّافُونَ عَلَیْکُمْ بَعْضُکُمْ عَلی بَعْضٍ کَذلِکَ یُبَیِّنُ اللّه لَکُمُ الْآیَاتِ وَ اللّه عَلیمٌ حَکیمٌ»(۱)

«ای کسانی که ایمان آورده اید، باید غلام و کنیزهای شما و کسانی از شما که به [سنّ] بلوغ نرسیده اند، سه بار [در شبانه روز] از شما کسب اجازه کنند: پیش از نماز بامداد، و نیمروز که جامه های خود را بیرون می آورید، و پس از نماز شامگاهان. [این،] سه هنگام برهنگی شماست. نه بر شما و نه بر آنان گناهی نیست که غیر از این [سه هنگام] گرد یکدیگر بچرخید [و با هم معاشرت کنید]. خداوند آیات خود را این گونه برای شما بیان می کند و خدا دانای سنجیده کار است».

پیامبر صلی الله علیه و آله، هم چنین، پیش از روانکاوان و روان شناسان عصر جدید، به خطری که کودکان را در صورت مواجه شدن با تجربیات خاصّی که انگیزه جنسی را زود هنگام در آنان بر می انگیزد، تهدید می کند پی برد. به همین دلیل، آن حضرت

۱- نور/۵۸.

توصیه می کند که بستر کودکان پسر و دختر را، در همان سنین پایین، از هم جدا سازند. برای مثال، از عمرو بن شعیب روایت شده است که پیامبر صلی الله علیه و آله فرمود:

«فرزنـدان خود را در سن هفت سـالگی به نمـاز خوانـدن دسـتور دهیـد، و در ده سـالگی آن هـا را برای این کار تنبیه کنیـد، و بسترهایشان را از هم جدا سازید».(۱)

مهار انگیزه پرخاشگری

در احـادیث فراوانی، رسـول خـدا صـلی الله علیـه و آلـه مسـلمانان را به تسـلّط برانگیزه پرخاشـگری تشویـق کرده و آنـان را از ترسانـدن برادران مسـلمانشان و تعـدی و آزار رساندن به آنان نهی فرموده است. خواه این آزار رسانی بدنی باشد مانند زدن یا ریختن خون و کشـتن، خواه لفظی مثـل ناسـزا گفتن، تهمت زدن، مسـخره کردن، تحقیر نمودن، غیبت کردن و یا پی جویی از اسـرار مردم و فاش ساختن آن. آن حضـرت، هم چنین، از ضرر و زیان رساندن به مردم، از طریق غلّ و غش و خیانت کردن یا بناحق خوردن آنها نهی کرده است. ابن ابی لیلی می گویـد: اصـحاب پیامبر خدا صـلی الله علیه و آله برای ما نقل کردند که با آن حضـرت در سـفری می رفتنـد. یکی از آن هـا خوابیـد. یـک نفر رفت و طنـابی را که آن مرد با خود داشت، برداشت، مرد ترسید: پیامبر صلی الله علیه و آله فرمود:

«بر هیچ مسلمانی روا نیست که مسلمانی را بترساند».(۲)

نیز می فرماید:

«هر کس به مؤمنی زیان رسانـد خداونـد متعال به او زیان زنـد، و هر کس با مؤمنی دشـمنی کنـد خداونـد متعال با او دشـمنی نماید».(۳)

هم چنین می فرماید:

«ملعون است کسی که به مؤمنی گزند برساند یا به او نیرنگ زند».(۴)

۱- ابو داود نَوَوی، ج۱، ص۲۹۹.

۲- شیبانی، ج۴، ص۱۹۱؛ ناصف، ج۵، ص۱۸.

۳- همو، ج۴، ص۳۱۱.

۴- همو، ج۴، ص۳۱۰، ۳۱۱؛ ناصف، ج۵، ص۲۳.

پیامبر گرامی اسلام یکی از ویژگیهای اساسی مسلمان را آزار نرساندن با دست و زبان به برادرانش دانسته است. مثلاً می فرماید:

«مسلمان کسی است که مسلمانان از دست و زبان او آسوده باشند».(۱)

نیز از ابن مسعود روایت شده است که رسول خدا صلی الله علیه و آله فرمود:

«مؤمن بدگو و لعنتگر و ناسزاگو و بد زبان نیست».(۲)

در حدیثی دیگر، که ابو درداء روایت کرده است، می فرماید:

«روز قیامت هیچ چیز در ترازوی مؤمن سنگین تر از اخلاق خوش نیست: خداوند از ناسزاگوی بد زبان متنفر است».(۳)

در حدیث دیگری از آن حضرت آمده است:

«مسلمان برادر مسلمان است: به او خیانت نمی کند، به او دروغ نمی گوید، و تنهایش نمی گذارد. همه چیز مسلمان بر مسلمان حرام است: آبرویش، مالش، و خونش، تقوا این جاست. در بدی آدمی همین بس که برادر مسلمانش را حقیر شمارد».(۴)

این احادیث مسلمان را از این که با دست یا زبان خود به برادر مسلمانش آزار برساند، یا او را تحقیر و ریشخند و بی ارج و قرب کند، یا با او دغلی یا خیانت ورزد،

یا با سخنان دروغ فریبش دهد، یا زمانی که نیاز به کمک و یاری دارد تنهایش بگذارد بر حذر داشته است. پیامبر صلی الله علیه و آله هشدار داده است که هر کس چنین کند در روز قیامت زیان بزرگی خواهد کرد؛ چرا که اعمال نیک خود را در کارنامه آن کسانی خواهد یافت که آزارشان رسانده است، و در مقابل، گناهان آنان را در نامه اعمال

خود خواهد دید، و در نتیجه خویشتن را سخت زیانکار می یابد. درست مانند شخص مفلس و ورشکسته ای که همه دارایی اش را بر باد داده، و چیزی که در وقت

۱- ناصف، ج۱، ص۲۷؛ نوری، ج۲، ص۱۰۳۵.

۲- شیبانی، ج۴، ص۱۷۸؛ ناصف، ج۵، ص۳۷.

۳- شیبانی، ج۴، ص۱۷۸؛ ناصف، ج۵، ص۶۲.

۴- نَوَوی، ج۱، ص۲۵۰.

سختی و گرفتاری به کارش آید برای او نمانده باشد. از پیامبر خدا صلی الله علیه و آله روایت شده است که فرمود:

«آیا می دانید مُفلس کیست؟ عرض کردند: مفلس در نزد ما کسی است که درهم و کالایی نداشته باشد. فرمود: مفلس امّت من کسی است که روز قیامت با نماز و روزه و زکات بیاید، و از طرف دیگر به این یکی ناسزا گفته، به آن یکی تهمت زده، مال این یکی را خورده و خون آن یک را ریخته، و این یکی را زده است. پس، به هر یک از آنان از کارهای نیک او داده می شود. اگر پیش از آن که درباره او حکمی صادر شود کارهای نیکش پایان یابد از گناهان آنان برداشته و برای او منظور می شود، آن گاه او را در آتش می افکنند».(۱)

پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله، هم چنین، از غیبت کردن و سخن چینی و بازی کردن با آبرو و اسرار مردم و بر ملا ساختن عیب و نقص های آنان نهی کرده است. روایت شده است که آن حضرت فرمود:

«آیا می دانید غیبت چیست؟ عرض کردند: خدا و پیامبرش بهتر دانند. فرمود: این که یکی از برادرش چیزی بگوید که او دوست ندارد. مردی عرض کرد: حتی اگر چیزی بگویم که در او هست؟ فرمود: اگر آنچه می گویی در او باشد غیبتش کرده ای، و اگر آنچه می گویی در او نباشد به او تهمت زده ای».(۲)

در حدیث دیگری که اَنَس روایت کرده است، می فرماید:

«در شب معراج بر گروهی گذشتم که ناخن هایی از مِس داشتند و با آن ها صورت خود را می خراشیدند. گفتم: اینان کیستند ای جبرئیل؟ گفت: این ها کسانی هستند که گوشت مردم را می خورند و آبروی آنان را می برند».(۳)

در حدیث دیگری آمده است که پیامبر خدا صلی الله علیه و آله بالای منبر رفت و فریاد زد:

۱- نَوَوی، ج۱، ص۴۱، ح ۱۶/۲۲۰.

۲- شیبانی، ج۳، ص۲۴۸.

۳- شیبانی، ج۳، ص۲۴۹؛ نَوَوی، ج۲، ص۱۰۴۲.

«ای کسانی که اسلام آورده اید و ایمان به دلتان نرسیده است، مسلمانان را آزار ندهید، و آنان را نکوهش و عیب جویی نکنید؛ زیرا هر کس از برادر مسلمانش عیب جویی کند خداوند عیب جویی او نماید، و هر کس خدا عیب جویی او کند رسوایش گرداند اگر چه در اندرون خانه اش باشد».(۱)

پیامبر صلی الله علیه و آله از سخن چینی و خبرکشی که باعث کینه توزی و نفرت و دشمنی در میان مردم می شود نهی کرده است از حذیفه روایت شده است که رسول خدا صلی الله علیه و آله فرمود:

«هیچ سخن چینی وارد بهشت نمی شود».(۲)

پیامبر صلی الله علیه و آله همچنین، از به جان هم افتادن مسلمانان و ریختن خون یکدیگر نهی فرموده و کسانی را که دست به چنین کاری زنند به سخت ترین عذاب ها بیم داده است. احنف بن قیس می گوید: برای دیدن این مرد (مقصود علی بن ابی طالب علیه السلام است) بیرون رفتم. در راه ابوبکر به من برخورد، گفت: کجا می روی، احنف؟ گفتم: به یاری پسر عموی پیامبر خدا صلی الله علیه و آله گفت: برگرد؛ زیرا من از رسول خدا صلی الله علیه و آله شنیدم که می فرماید:

«هرگاه دو مسلمان به روی یکدیگر شمشیر بکشند قاتل و مقتول هر دو در آتشند.

عرض شد: ای رسول خدا، قاتل درست، مقتول چرا؟ فرمود: او هم سعی داشته است دیگری را بکشد. در روایت دیگری آمده است: او هم تصمیم داشته دیگری را بکشد».(۳)

از عبداللّه بن مسعود نیز روایت شده است که پیامبر خدا صلی الله علیه و آله فرمود:

«دشنام دادن به مسلمان فسق است و جنگیدن با او کفر».(۴)

۱- شیبانی، ج۳، ص۴۱.

۲- شیبانی، ج۳، ص۲۴۹؛ نَوَوی، ج۲، ص۱۰۵۱.

۳- شیبانی، ج۴، ص۲۸، ۲۹.

۴- شیبانی، ج۴، ص۲۸، ۲۹.

البته، به نظر بعضی، این که رسول خدا صلی الله علیه و آله جنگ با مسلمان را کفر خوانده از باب تأکید بر اهمیت مطلب است نه این که جنگیدن با مسلمان شخص را از دین خارج می سازد.(۱)

رسول خدا صلی الله علیه و آله در خطابه ای که در حجه الوداع، روز عید قربان در منا ایراد کرد فرمود:

«جان و مال و آبروی شما بر شما حرام است همانند حرام بودن این روز در دین ما، و در این شهرتان. هان! آیا ابلاغ کردم؟».(۲)

در این حدیث ریختن خون مسلمان یا تجاوز به ناحق و نامشروع به مال وعرض او تحریم شده است. در همین زمینه نیز از رسول اکرم صلی الله علیه و آله روایت شده است که:

«همه چیز مسلمان بر مسلمان حرام است: خون او و عرضِ او و مال او».(۳)

از ابن عباس نیز روایت شده است که پیامبر خدا صلی الله علیه و آله فرمود:

«... پس از من به کفر باز نگردید و گردن یکدیگر را نزنید».(۴)

در توضیح جمله «پس از من به کفر باز نگردید» گفته اند یعنی: «مانند کفّار که با یکدیگر دشمنی می ورزند و به جان هم می افتند، گروه گروه نشوید و خون یکدیگر را نریزید».(۵)

پیامبر صلی الله علیه و آله از کشتن مؤمن بر حذر داشته و کسی را که دست به این کار زند به عذاب سخت بیم داده است. می فرماید:

«اگر اهل آسمان و زمین در ریختن خون مؤمن شرکت کنند خداوند همه آن ها را در آتش فرو می افکند».(۶)

۱- شیبانی، ج۴، ص۲۸، ۲۹.

۲- نَوَوی، ج۲، ص۱۰۴۱.

۳- نَوَوی، ج۲، ص۱۴۰۳۳.

۴- شیبانی، ج۴، ص۲۹.

۵- شیبانی، ج۴، ص۲۹.

۶- ناصف، ج۲، ص۴.

یا می فرماید:

«از میان رفتن دنیا نزد خدا آسان تر است تا کشته شدن مرد مسلمان».(۱)

هم چنین می فرماید:

«نخستین موضوعی که روز قیامت درباره آن داوری می شود مسأله خون است».

در روایت دیگری آمده است:

«نخستین مطلبی که بنده برای آن حسابرسی می شود نماز است، و نخستین مطلبی که درباره آن میان مردم داوری می شود مسأله خون هاست».

از نظر اسلام کشتن انسان بی گناه، از هر دین و کیشی که باشد، ممنوع است. هم قرآن کریم این کار را حرام کرده است، هم سنّت شریف نبوی. خداوند بزرگ می فرماید:

«...وَلاَ تَقْتُلُوا النَّفْسَ الَّتی حَرَّمَ اللّه ُاِلاَّ بِاص لْحَقِّ...».(۲)

«...و نفسی را که خدا حرام گردانیده جز به حق مکشید...».

عباده بن صامت می گوید: در مجلسی با رسول خدا صلی الله علیه و آله بودیم که فرمود:

«آیا با من بیعت نمی کنید بر سر این که چیزی را شریک خدا قرار ندهید، دزدی نکنید، زنا نکنید، و نفسی را که خدا حرام گردانیده است به ناحق نکشید».(۳)

آن حضرت، هم چنین فرموده است:

«از هفت نابود کننده دوری کنید، اصحاب عرض کردند: آن ها چیستند ای رسول خدا؟

فرمود: شرک ورزیدن به خدا، جادوگری، به ناحق کشتن نفسی که خدا حرام گردانیده است، رباخواری، خوردن مال یتیم، گریختن از جهاد، تهمت زدن به زنان مؤمن بی آلایش».(۴)

۱- ناصف، ج۲، ص۴.

۲- انعام/۱۵۱.

۳- شیبانی، ج۱، ص۲۱.

۴- ناصف، ج۴، ص۹۳.

در نهی از کشتن اهل ذمّه نیز می فرماید:

«هر کس شخصی از اهل ذمّه را بکشد بوی بهشت را استشمام نخواهد کرد».(۱)

مهار انگیزه تملّک

انگیزه تملک بر بیش ترین مردم چیره است، از این رو، بی پروا در پی به دست آوردن پول و زمین و مستغلات و دام و احشام و اثاث و عتیقه و... می روند.

هر چه هم مال و املاک افزون می شود آز و ولع آنان به بیش تر داشتن افزون تر می گردد. پول و دارایی مایه گرفتاری است. مصروف شدن تمام همت انسان به جمع آوری مال، و آزمندی شدیدش به آن ای بسا که او را از یاد خدا غافل کند، و بخل مانع او شود که در راه خدا انفاق کند، و زکات بدهد. خداوند کسانی را که زر و سیم می اندوزند و آن را در راه خدا انفاق نمی کنند و به تهیدستان و مستمندان صدقه نمی دهند وعده عذابی دردناک داده است، و می فرماید:

«...وَالَّذینَ یَکْنِزُونَ الذَّهَبَ وَالْفِضَّهَ وَلاَ یُنْفِقُونَهَا فی سَبیلِ اللّه ِ فَبَشِّرْهُمْ بِعَذَابٍ اَلیمٍ».(۲)

«و آنان را که زر و سیم می اندوزند و در راه خدا انفاقشان نمی کنند به عذابی دردناک نوید ده».

در آیه ای دیگر می فرماید:

«وَ اَ نْفِقُوا مِمَّا رَزَقْنَاکُمْ مِنْ قَبْلِ اَنْ یَاْتِیَ اَحَدَکُمُ الْمَوْتُ فَیَقُولَ رَبِّ لَوْلاَ اَخَّرْتَنی اِلی اَجَلٍ قَریبٍ فَاَصَّدَّقَ وَ اَکُنْ مِنَ الصَّالِحینَ»(۳)

«و از آنچه روزی شما کرده ایم انفاق کنید پیش از آن که یکی از شما را مرگ فرا رسد و بگوید: پروردگارا، چرا تا مدتی بیش تر [اَجَل] مرا به تأخیر نینداختی تا صدقه

دهم و از نیکوکاران باشم».

۱- این حدیث را ابو داود آورده است.

۲- توبه /۳۴.

۳- منافقون/۱۰.

پیـامبر صـلی الله علیـه و آلـه نیز به مهـار انگیزه تملـک فرا خوانـده و از حرص و طمع برای افزودن به ثروت و به دست آوردن پیشـاپیش متـاع دنیا نهی کرده و به قناعت و خرسـندی به روزیی که خداونـد قسـمت انسان کرده تشویق فرموده است. مثلاً می فرماید:

«توانگری به داشتن ثروت بسیار نیست بلکه توانگری [واقعی] در بی نیازی نفس است».(۱)

آن بزرگوار هم چنین از بخل ورزی و از آزمنـدی به مال انـدوزی و انفاق نکردن آن در راه خدا نهی کرده است. برای نمونه، از جابر بن عبداللّه انصاری روایت شده است که پیامبر خدا صلی الله علیه و آله فرمود:

«از ظلم کردن بپرهیزید؛ زیرا ظلم ظلماتِ روز قیامت است. از بخل شدید بپرهیزید؛ زیرا بخل شدید پیشـینیان شـما را به نابودی کشاند. آنان را واداشت که خون یکدیگر را بریزند و حرام های یکدیگر را حلال شمارند».(۲)

در روایتی دیگر فرموده است:

«بدترین خصلتی که در مرد وجود دارد بخل بیتاب کننده، و جبن هراس آور است».(۳)

کسـی که هم و غمش در زندگی جمع آوری مال و به دست آوردن متاع دنیا باشد در واقع بنده آن چیزی می شود که تملک می کنـد، به طوری که با به دست آوردن آن احساس خوشـبختی می کنـد و با از دست دادنش احساس بـدبختی. روایت شده است که آن حضرت فرمود:

«بـدبخت کسـی که بنده دینار و درهم و جامه های زربفت و نگارین باشد. اگر این ها به او داده شود خشـنود است و اگر داده نشود خشنود نیست».(۴)

پیامبر صلی الله علیه و آله از فزونخواهی در تملک ملک و زمین و مستغلات نهی کرده است تا

۱- نَوَوی، ج۳، ص۴۵۹.

۲- شیبانی، ج۴، ص ۳۱۰.

۳- شیبانی، ج۴، ص ۳۱۰.

۴- نَوَوی، ج۱، ص۴۱۷.

این که انسان به دنیا رو نیاورد و از آخرت باز نماند. از عبداللّه بن مسعود روایت شده است که رسول خدا صلی الله علیه و آله فرمود:

«مِلک و املاک نگیرید که به دنیا راغب می شوید».(۱)

پیامبر صلی الله علیه و آله مسلمانان را به انفاق در راه خدا و کمک کردن به نیازمندان و صدقه دادن به فقیران و مستمندان تشویق کرده و برای کسی که در راه خدا چیزی انفاق کند پاداش بزرگ الهی، معادل هفتصد برابر انفاقی که کرده وعده داده است. می فرماید:

«هر کس چیزی در راه خدا انفاق کند هفتصد برابر آن برایش نوشته می شود».(۲)

روایت شده است که مردی ناقه ای مهار زده نزد پیامبر خدا صلی الله علیه و آله آورد و گفت: این در راه خدا باشد. پیامبر صلی الله علیه و آله فرمود:

«در روز قیامت به ازای این هفتصد ناقه مهار زده به تو داده شود».(۳)

خداوند بزرگ می فرماید:

«مَثَلُ الَّذینَ یُنْفِقُونَ اَمْوَالَهُمْ فی سَبیلِ اللّه ِ کَمَثَلِ حَبَّةٍ اَ نْبَتَتْ سَبْعَ سَنَابِلَ فی کُلِّ سُنْبُلَةٍ مِائَةُ حَبَّةٍ وَاللّه ُیُضَاعِفُ لِمَنْ یَشَاءُ وَاللّه ُ وَاسِعٌ عَلیمٌ»(۴)

«حکایت کسانی که اموالِ خود را در راه خدا انفاق می کنند همانند دانه ای که هفت خوشه برویاند که در هر خوشه ای صد دانه باشد، و خدا برای هر کس که بخواهد [آن را] چند برابر می کند، و خدا گشایشگر داناست».

از ابو سعید روایت شده است که پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله فرمود:

«هر مسلمانی که مسلمان برهنه ای را بپوشاند خداوند از سبزینه های بهشت بر او بپوشاند، و هر مسلمانی مسلمان گرسنه ای را غذا دهد خداوند از میوه های بهشت به او بخوراند، و هر مسلمانی تشنه ای را سیراب کند خداوند از شراب سر به مُهر

۱- نَوَوی، ج۱، ص۴۲۵.

۲- ناصف، ج۴، ص۳۳۷.

۳- ناصف، ج۴، ص۳۳۷.

۴- بقره/۲۶۱.

بهشتی به او بنوشاند».(۱)

هم چنین فرموده است:

«هیچ کس نیست که از حلال صدقه ای بدهد - و خدا جز حلال نمی پذیرد - مگر آن که خداوند مهربان آن صدقه را با دست راست خود بگیرد، اگر چه یک عدد خرما باشد، و آن صدقه در کف خدای مهربان رشد می کند تا جایی که از کوه بزرگ تر می شود، چنان که هر یک از شما کرّه اسب یا بچه اشتر خود را پرورش دهد»(۲)نیز در روایتی فرموده است:

«هیچ روزی نیست که بندگان آن را آغاز کنند مگر این که دو فرشته فرود آیند، و یکی گوید: بار خدایا به انفاق کننده عوض دِه. و دیگر می گوید: بار خدایا به مُمسک زیان ده».(۳)

از ابو هریره روایت شده است که پیامبر خدا صلی الله علیه و آله فرمود:

«صدقه چیزی از دارایی کم نمی کند...».(۴)

او، هم چنین، روایت کرده است که رسول خدا صلی الله علیه و آله فرمود:

«خدای تعالی فرموده است: ای فرزند آدم! انفاق کن تا به توانفاق شود».(۵)

یعنی، هرگاه انسان در راه های خیر انفاق کند خداوند بزرگ به روزی او گشایش می دهد.

از مجموع این احادیث شریف نبوی که یاد شد، روشن می شود که پیامبر خدا صلی الله علیه و آله مسلمانان را به تسلّط برانگیزه تملّک فرا می خوانده و راه مسلّط شدن بر آن را هم به آنان نشان می داده است، بدین گونه که ایشان را به انجام دادن رفتاری متضاد با تملّک و بخل و امساک، یعنی انفاق و بخشش و دَهِش، راهنمایی و تشویق

۱- ناصف، ج۲، ص۴۱، ۴۲.

۲- ناصف، ج۲، ص۵۰۴.

۳- ناصف، ج۲، ص۵۰۴.

۴- نَوَوی، ج۱، ص۴۷۸.

۵- نَوَوی، ج۱، ص۴۷۴.

می کرده است. آن حضرت مسلمانان را، با ترغیب به پاداش بزرگ در دنیا و آخرت که خود باعث تقویت علاقه مندی به انفاق و بخشش و دِهِش می شود از گرایش به تملّک و بخل و خودخواهی نهی می کرد. پیامبر اکرم با روشِ درمان با ضدّ آن، توانست تسلّط بر انگیزه تملّک را به یاران خود بیاموزد.

درمان رفتار با ضدّ آن روشی است که بعدا متصوفه آن را برای اصلاح رفتار پیروان و شاگردان خود به کار گرفتند. برای مثال، غزالی از این روش برای درمان خلق و خوی بد و بیماری های دل استفاده کرد.(۱) در عصر جدید نیز برخی از روان درمانان پیرو مکتب رفتار درمانی این روش را در روان درمانی به ویژه درمان اضطراب و ترس های مرضی [فوبی]، به کار گرفتند.(۲)

انحراف انگیزه

حکمت الهی چنین اقتضا کرده است که انگیزه های فیزیولوژیک فطری در عموم موجودات زنده وجود داشته باشد تا آن ها را به ارضای نیازهای اساسی، که برای حفظ ذات و بقای نوع، ضرور است وا دارند. همین حکمت نیز اقتضا کرده است که در انسان انگیزه های روانی و روحی به وجود آورد تا نیازهای اساسی روانی و روحی اش را ارضا کند و در نتیجه، سازگاری روانی و سعادت خویش را تحقق بخشد. اما انسان گاه، در بحبوحه اجتماعی شدنش، با پاره ای شرایط و عوامل وتجربه ها مواجه می شود که ممکن است در فرایند رشد روانی و اجتماعی او تأثیر زیادی بگذارد، و باعث شود، برای ارضای انگیزه هایش، روش های نابهنجاری را بیاموزد که زیان های جسمی و روانی بسیاری به بار می آورد.

همه انگیزه های ما، تحت تأثیر عوامل آموزش، اصلاح پذیرند. انسان می آموزد که چگونه انگیزه های خود را کنترل کند. آن ها را زیر فرمان خویش در آورد و این

۱- غزالی، ابو حامد محمد بن محمد، احیاء علوم الدین، جزء سوم، ص ۴۸ - ۳۸۸.

۲- ریچارد شوین، علم الامراض النفسیه والعقلیه، ترجمه احمد عبدالعزیز سلامه، ص ۸۴۶ - ۸۵۴.

همان هدفی است که معمولاً تعلیم و تربیت آن را دنبال می کند.

اگر انگیزه ها و تمایلات انسان از همان کودکی هدایت وتربیت نشود ممکن است از مسیر طبیعی اش منحرف گردد. برای مثال، هدف انگیزه های فیزیولوژیک فطری ارضای نیازهای اساسی و ضروری برای حفظ ذات و بقای نوع است ولی گاه، در فرایند اجتماعی شدن فرد، بر اثر شرایط خاصّی پاره ای از این انگیزه ها از اهداف طبیعی خود منحرف می شوند و هدفشان فقط رسیدن به لذّت و خوشی می شود. به عبارت دیگر، ارضای انگیزه و نیل به لذت و خوشی، خود، هدف می شود و نه وسیله ای برای حفظ ذات یا بقای نوع. مثلاً، برای بعضی انساها به خوردن فی نفسه تبدیل به هدف می شود و به صورت منبعی برای لذت و کامیابی در زندگی در می آید. به همین دلیل، می بینیم زیاد می خورند و غذایشان را با چنان حرص و ولع سیری ناپذیری می خورند که به سلامت جسم آنان صدمه می زند. بدین سان، انگیزه گرسنگی منحرف می شود، در نتیجه، به جای آن که موجب حفظ ذات شود باعث زیان و آزار به ذات می شود. هم چنین است انگیزه تملک که ممکن است در برخی افراد دستخوش انحراف گردد و به دست آوردن مال، خود، هدف شود و نه وسیله. از این رو، این گونه افراد در به دست آوردن مال و ثروت اندوزی سخت تلاش و رقابت می کنند و دارایی خود را در راه آبادانی جامعه و در مواردی که به نفع خودشان و مردم باشد خرج نمی کنند.

یکی از مهم ترین انگیزه های فیزیولوژیک انسان که در معرض انحراف قرار دارد انگیزه جنسی است. روانکاوان و روان شناسان جدید بسیاری از انحرافات جنسی رایج در میان مردم را مطالعه کرده اند. برای مثال، زیگموند فروید به بررسی نمونه های فراوانی از انواع انحرافات جنسی پرداخت و سعی کرد، بر پایه نظریه خاصّ خود درباره مراحل رشد روانی جنسی کودک و تجربه های خاص او که به تقویت و تثبیت پاره ای مراحل رشد روانی - جنسی کودک می انجامد، علل و عوامل این انحرافات را توضیح دهد. از نظر او، این تثبیت در برخی افراد در مرحله دهانی یا در مرحله مقعدی یا مرحله آلتی صورت می پذیرد که باعث می شود رسیدن به ارضای جنسی در این گونه افراد شکل نابهنجار و غیر طبیعی به خود بگیرد. گاهی

اوقات هم کودک با تجربه های خاصـی مواجه می شود که لذات جنسی و ارضای جنسی را به اشیاء یا اعمال غیر طبیعی پیوند می دهد. فیتیشـیسم (Fetishism) نمونه ای از این گونه انحرافـات جنســی است که در آن شـخص مبتلا، با اشـیایی که افراد جنس مخالف اسـتفاده می کننـد، ماننـد لباس ها، یا اجزایی از بـدن آن ها مانند مو و پا، ارضای جنســی می کنند. نمونه دیگر، انحرافِ موسوم به تماشـاگری یا نظربازی جنسی است (Voyeurism) که در آن ارضای میل جنســی از طریق تماشای بـدن های

عریان یا اعمال جنسی دیگران حاصل می شود. عورت نمایی یا تن نمایی (Exbibitionism)که به معنای لذت بردن جنسی از طریق نشان دادن اعضای تناسلی است، یکی دیگر از این گونه انحرافات است.(۱)

انحرافات جنسـی در بیشتر جوامع انسانی شـیوع دارد. یکی از انحرافات جنسـی شایع در بسیاری از جوامع هم جنس بازی است که به معنای گرایش جنسی فرد به هم جنس خود است. گرایش مرد به مرد را، در عربی، لواط می گویند و گرایش زن به زن را سحاق یا مساحقه. قرآن کریم به پدیده انحرافی هم جنس بازی در میان قوم لوط اشاره کرده است. در واقع لواط منسوب به همین قوم است. خداوند متعال می فرماید:

«وَلُوطًا اِذْ قَالَ لِقَوْمِهِ اَتَاْتُونَ الْفَاحِشَهَ مَا سَـبَقَكُمْ بِهَا مِنْ اَحَدٍ مِنَ الْعَالَمِينَ * اِنَّكُمْ لَتَاْتُونَ الرِّجَالَ شَـهْوَهً مِنْ دُونِ النِّسَاءِ بَلْ اَ نْتُمْ قَوْمٌ مُسْرِفُونَ».(۲)

«ولوط را [فرسـتادیم] هنگامی که به قوم خویش گفت: آیا آن کار زشت را مرتکب می شوید که هیچ کس از جهانیان در آن بر شما پیشی نگرفته است. شما از روی شهوت، به جای زنان با مردان در می آمیزید. آری، شما گروهی تجاوزکارید».

در آیه ای دیگر می فرماید:

«اَتَاْتُونَ الذُّكْرَانَ مِنَ الْعَالَمِينَ* وَ تَذَرُونَ مَا خَلَقَ لَكُمْ رَبُّكُمْ مِنْ اَزْوَاجِكُمْ بَلْ اَ نْتُمْ قَوْمٌ عَادُونَ».(۳)

ص:۶۷

۱- نک: سیجمند فروید، ثلاث رسائل فی نظریه الجنس، ترجمه محمد عثمان نجاتی.، ۱۹۸۵.

۲- اعراف/۸۰، ۸۱.

۳- شعراء /۱۶۵، ۱۶۶.

«آیا از میان مردم جهان، با مردها در می آمیزید؟ و آنچه را پروردگارتان از جفت هایتان برای شما آفریده وا می گذارید؟ بلکه شما مردمی تجاوز کارید».

در برخی احادیث شریف نبوی نیز به این انحراف جنسی اشاره شده، و پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله مسلمانان را از آن برحذر داشته، و کسانی را که مرتکب عمل قوم لوط شوند لعنت کرده است. آن حضرت، هم چنین، از تماس جنسی با حیوانات نهی و کسی را که مرتکب این عمل شود لعنت کرده است. برای مثال، از جابر روایت شده است که رسول خدا صلی الله علیه و آله فرمود:

«بیش ترین چیزی که از آن بر امّتم می ترسم عمل قوم لوط است».(1)

از عکرمه از ابن عباس نیز روایت شده است که پیامبر صلی الله علیه و آله در ضمن حدیثی

طولانی فرمود:

«...خدا لعنت کند کسی را که با حیوانی نزدیکی نماید. خدا لعنت کند کسی را که عمل قوم لوط را انجام دهد. خدا لعنت کند کسی را که عمل قوم لوط را انجام دهد. سه بار فرمود».(2)

پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله، هم چنین، از ارتباط جنسی با محارم نهی کرده است. در روایت از عکرمه از ابن عباس آمده است که پیامبر صلی الله علیه و آله فرمود:

«هر کس با محرمی نزدیکی کرد او را بکشید».(3)

آن حضرت از این که مردها خود را شبیه زنان یا زنان خود را شبیه مردها سازند نهی فرموده است. از ابن عباس روایت شده است که: «رسول خدا صلی الله علیه و آله مردان زن نما

و زنان مرد نما را لعنت کرد». در روایت دیگری آمده است: «رسول خدا صلی الله علیه و آلهمردانی را که خود را شبیه زنان سازند و زنانی را که خود را شبیه مردها سازند لعنت فرمود».(4)

1- ترمذی، در الحدود، ج6، ص 241.

2- احمد، ج1، ص317؛ بیهقی، ج8، ص224.

3- بیهقی، ج8، ص237.

4- نَوَوی، ج2، ص1121.

فصل دوم: عواطف یا هیجانات در حدیث

اشاره

گاهی اوقات انسان در زندگی روزانه خود انواع گوناگونی از عواطف و هیجانات را احساس می کند، عواطفی چون: دوستی و نفرت، ترس و آرامش، شادی و غم، خشم، رشک، حسادت، و امثال این ها.

روان شناسان موضوع عواطف یا هیجانات را به تفصیل مورد مطالعه قرار داده و عناصر تشکیل دهنده، علل و عوامل پیدایش، و تأثیر آن ها در رفتار انسان و در بهداشت جسمی و روانی او را بررسی کرده اند.

در قرآن کریم بسیاری از عواطف مهم انسان مطرح شده است، که نگارنده قبلاً در کتاب قرآن و روان شناسی(1) به بررسی آن ها پرداخته است. در احادیث پیامبر صلی الله علیه و آله نیز به بعضی از عواطف مهم انسان، مانند محبّت، ترس، خشم، نفرت، اندوه، حیا، حسادت، رشک، تکبر، خودپسندی، و غرور پرداخته شده است، و ما سعی خواهیم کرد در ادامه بحث، مهم ترین عواطفی را که در احادیث نبوی آمده است، طرح و بررسی کنیم.

۱- محمد عثمان نجاتی، قرآن و روان شناسی، ص۶۶ - ۱۱۴.

محبّت

محبت از عواطف مهم در زندگی انسان است، چرا که عامل اساسی در تشکیل خانواده، و در پیوند میان اعضای آن و همبستگی و همکاری آنان به شمار می آید. در ساخت شخصیت کودک نیز نقش مهمّی ایفا می کند؛ زیرا، اظهار محبت و مهر و عاطفه والدین نسبت به کودک احساس امنیّت و آرامش را در روان او ایجاد می کند و در نتیجه، شخصیتش به گونه ای سالم و بهنجار رشد می نماید، بنابراین، با اعضای خانواده و با اقرار محیط اجتماعی اش روابطی توأم با محبت و دوستی و همدلی برقرار می کند، اما هرگاه کودک، به هر دلیلی، از احساس محبت والدین محروم شود احساس امنیّت و آرامش را از دست می دهد و دچار نگرانی و اضطراب می شود و بعدها در معرض ابتلا به بیماری روانی قرار می گیرد.

به طور کلی، محبّت عامل مهمّی در ایجاد روابط سالم اجتماعی است؛ زیرا، محبت عاملی است که میان مردم الفت و دوستی پدید می آورد، و آنان را به همکاری و همبستگی و یکپارچگی وا می دارد. انسان را با خانواده اش و قومش و وطنش پیوند می دهد و باعث می شود که در راه دفاع از خانواده یا قومش و یا وطنش مال و جان خود را فدا کند.

محبت به خدا نقش مهمی در زندگی مؤمن ایفا می کند چرا که به رفتار او در زندگی جهت می دهد و در همه کردارها و گفتارهایش تأثیر می گذارد و در نتیجه، جز آنچه مورد پسند خداوند بزرگ است، از وی سر نمی زند.

محبّت به پیامبر صلی الله علیه و آله نیز نقش مهمی در زندگی مؤمن دارد؛ چرا که باعث می شود آن حضرت را الگوی خود قرار دهد و در همه اعمال و رفتارش به او اقتدا کند و از اوامر و نواهی ایشان پیروی نماید.

پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله در بسیاری از احادیث خود به چند نوع محبّت اشاره کرده است: دوست داشتن خداوند بزرگ، دوست داشتن پیامبر صلی الله علیه و آله، دوست داشتن مردم، دوست داشتن حیوانات، دوست داشتن عالم هستی، دوست داشتن همسر،

دوست داشتن مال و محبّت پدری. در این جا هر یک از این محبت ها را که در حدیث نبوی آمده است بررسی می کنیم.

دوست داشتن خدا

دوست داشتن خداوند بزرگ والاترین نوع محبت انسانی است و در ایجاد سعادت و لذّت روحی بیش ترین تأثیر را دارد. شالوده ای است که تمام اعمال و افعال مؤمن بر آن استوار است. نیرویی است که به رفتار او جهت می دهد. هرگاه خدا دوستی وجود انسان را فرا گیرد همه اعمال و رفتار و حرکات و سکناتش در راستایی خواهد شد که او دوست دارد و می پسندد، و از نافرمانی خداوند و هر آنچه که او ناخوش دارد از آن نهی می کند دوری خواهد کرد.

انسان معمولاً کسی را که به او نیکی کند دوست دارد. از همین رو، کودک والدینش را دوست دارد چون از او مراقبت و نگهداری می کنند، به او نیکی می نمایند و به تربیتش می پردازند.

نعمت های بی شمار خداوند متعال به انسان یکی از موجبات عشق بزرگ و بی کران او به خداوند است. محبت او به خدا باید بیش تر از هر محبّت دیگری باشد. باید خداوند را بیش تر از خودش، والدینش، همسرش، فرزندانش، قبیله و عشیره و وطنش و هر چیز دیگری در این زندگی دوست بدارد. قرآن کریم در این باره می فرماید:

«قُلْ اِنْ کَانَ ابَاؤُکُمْ وَاَبْنَاؤُکُمْ وَاِخْوَانُکُمْ وَاَزْوَاجُکُمْ وَعَشیرَتُکُمْ وَاَمْوَالٌ اقْتَرَفْتُمُوهَا وَتِجَارَةٌ تَخْشَوْنَ کَسَادَهَا وَمَسَاکِنُ تَرْضَوْنَهَا اَحَبَّ اِلَیْکُمْ مِنَ اللّه ِ وَرَسُولِهِ وَجِهَادٍ فی سَبیلِهِ فَتَرَبَّصُوا حَتّی یَاْتِیَ اللّه ُ بِاَمْرِهِ وَاللّه ُ لاَ یَهْدِی الْقَوْمَ الْفَاسِقینَ»(۱)

«بگو: اگر پدران شما و پسرانتان و برادرانتان و زنانتان و خویشاوندانتان و اموالی که به دست آورده اید و تجارتی که از کسادش بیمناکید و سراهایی را که خوش

۱- توبه /۲۴.

می دارید، نزد شما از خدا و پیامبرش و جهاد در راه او دوست داشتنی تر است پس منتظر باشید تا خدا فرمانش را [به اجرا در] آورد، و خدا گروه فاسقان را راهنمایی نمی کند».

نیز می فرماید:

«وَ مِنَ النَّاسِ مَنْ يَتَّخِذُ مِنْ دُونِ اللّٰه ِ اَ نْدَادًا يُحِبُّونَهُمْ كَحُبِّ اللّٰه ِ وَ الَّذِينَ امَنُوا اَشَدُّ حُبًّا للّٰه ِ».(۱)

«و برخی از مردم به جای خدا همانندهایی [برایش] بر می گزینند و آن ها را چون دوستی خدا دوست می دارند ولی کسانی که ایمان آورده اند به خدا محبّت بیشتری دارند».

پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله نیز مردم را به دوست داشتن خداوند بزرگ، به خاطر نعمت های فراوانش به آنان، ترغیب کرده است. برای نمونه، از ابن عباس روایت شده است که پیامبر خدا صلی الله علیه و آله فرمود:

«خدا را به خاطر نعمت هایی که به شما می دهد دوست بدارید...».(۲)

پیامبر صلی الله علیه و آله خود، با آن که خدا دوست ترین مردم و مقرّب ترین آنان به درگاه خدا بود، در دعایش می خواهد که خداوند محبت خود را روزی او فرماید؛ زیرا در این محبت لذّتی روحی می یابد که هیچ لذّتی در عالم بالاتر از آن نیست. از عبداللّه بن یزید خَطمی انصاری روایت شده است که پیامبر صلی الله علیه و آله در دعایش می گفت:

«محبّتت را و محبّت کسی را که نزد تو سزاوار محبّت است روزی من فرما...».(۳)

از معاذ بن جبل نیز روایت است که پیامبر صلی الله علیه و آله فرمود پروردگارش به او امر کرده است با این دعا او را بخواند:

«...از تو درخواست می کنم محبتّت را و محبّت به کسی که تو را دوست دارد و دوست داشتن عملی که به محبّت تو نزدیک می کند».(۴)

۱- بقره /۱۶۵.

۲- ترمذی، در ابواب المناقب، ج۱۳، ص۲۰۱.

۳- ترمذی، در ابواب الدعاء، ج۱۳، ص۲۷.

۴- ناصف، ج۱، ص۲۴۷، ۲۴۹.

پیامبر صلی الله علیه و آله به اصحابش از عشق و محبّت داود علیه السلام به خداوند بزرگ می فرمود و به آنان می گفت که داود علیه السلام در دعایش تقاضا می کرد که خداوند محبّتش را به او ارزانی دارد و عشقش را به او شدیدتر از علاقه اش به خودش و خانواده اش قرار دهد. از ابودرداء روایت شده است که پیامبر خدا صلی الله علیه و آله فرمود:

«داود در دعایش می گفت: بارخدایا، محبّت خودت و محبّت کسی که تو را دوست می دارد، و عملی را که مرا به محبّت تو می رساند، از تو درخواست می کنم. بارخدایا، چنانم گردان که تو را از خودم و خانواده ام واز آب خنک دوست تر بدارم».(۱)

خدا دوستی منبع اصلی هرگونه محبّتی است که انسان نسبت به هر چیز دیگری در عالم احساس می کند. دوست داشتن پیامبر خدا صلی الله علیه و آله دوست داشتن مردم، دوست داشتن همه آفریده های خدا، دوست داشتن کار نیک، دوست داشتن هر آنچه خداوند متعال دوستش دارد و هر آنچه انسان را به خدا دوستی نزدیک می سازد ناشی از محبت انسان به خداوند متعال است. محبّت انسان به خداوند بزرگ تبدیل به نیرویی می شود که رفتار او را به سمت هر آنچه خوبی است و هر آنچه خداوند آن را می پسندد و دوست می دارد و دوری از آنچه خداوند از آن نهی کرده و دشمنش می دارد؛ جهت می دهد. در همین باره پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله فرموده است:

«هر کس برای خدا دوست بدارد و برای خدا دشمن بدارد و برای خدا عطا کند ایمان را کامل گردانیده است».(۲)

نیز فرموده است:

«برترین اعمال دوست داشتن و دشمن داشتن به خاطر خداست».(۳)

ص:۷۳

۱- ترمذی، در ابواب الدعاء ج۱۳، ص۲۷.

۲- ناصف، ج۵، ص۷۸.

۳- ناصف، ج۵، ص۷۸.

دوست داشتن پیامبر

پس از دوست داشـتن خداوند، دوست داشتن پیامبر صلی الله علیه و آله در پیشرفته ترین و کامل ترین مرتبه محبت انسانی قرار دارد. محبّت نسـبت به خـدا و پیـامبر صـلی الله علیه و آله هر دو، قلّه محبت انسانی و از نظر روحانیت و زلالی و پاکی، بالاترین درجه آن را تشکیل می دهند.

دوست داشـتن پیامبر صلی الله علیه و آله بر هر مسلمانی واجب است؛ زیرا خداوند پاک و بلند مرتبه، در آیه ۲۴ سوره توبه که پیش تر، در ضـمن سـخن از دوست داشن خداونـد، آن را آوردیم، مـا را به دوست داشـتن پیـامبر فرمان داده و آن را در کنار محبت به خود آورده است.

پیامبر صلی الله علیه و آله نیز ما را به محبت نسبت به خود و اهل بیتش فرمان داده و فرموده است:

«خـدا را به خاطر نعمت هایی که به شـما می دهد دوست بدارید، و مرا به خاطر دوست داشـتن خدا دوست بدارید، و اهل بیتم را به خاطر دوست داشتن من دوست بدارید».(۱)

علاقه سـلمان به پیامبر صـلی الله علیه و آله بایـد بیش تر از علاقه او به خودش یا والـدینش یا فرزنـدانش و یا هر انسان دیگری باشد. از اَنَس روایت شده است که رسول خدا صلی الله علیه و آله فرمود:

«هیچ یک از شما ایمان ندارد مگر آن که من در نزد او محبوب تر از پدرش و فرزندش و همه مردم باشم».(۲)

مؤمن در محبّتش به خداوند متعال و پیامبر اکرم صـلی الله علیه و آله لذّت و سـعادتی می یابد که هیچ لذّت و سـعادتی در این دنیا با آن را برابری نمی کند، و از رهگذر این محبّت

۱- ناصف، ج۳، ص ۳۴۹؛ شیبانی، ج۳، ص۲۹۶.

۲- بخاری، ج۱، ص۱۱۴؛ مسلم، ج۲، ص۱۵.

حلاوت ایمان را در کام جان خویش احساس می کند. از اَنَس روایت شده است که پیامبر صلی الله علیه و آلهفرمود:

«سه چیز است که در هر کس وجود داشته باشد شیرینی ایمان را می چشد: یکی این که خدا و پیامبر او را از هر چیز دیگری دوست تر بدارد، دیگر این که اگر کسی را دوست می دارد تنها به خاطر خدا دوست بدارد، و سوم این که همچنان که دوست ندارد در آتش افکنده شود دوست نداشته باشد که به کفر باز گردد».(۱)

هرگاه مؤمن خداوند بزرگ و پیامبر صلی الله علیه و آله را دوست داشته باشد حلاوت ایمان را می چشد و احساس سعادت و آرامش وجود او را فرا می گیرد و همه رفتارهایش جهت الهی پیدا می کند به طوری که جز آنچه مورد رضایت خداوند باشد کاری انجام نمی دهد، و از هر آنچه او نهی کرده است دوری می کند، و عشق او به خداوند وی را به دوست داشتن همه آفریده هایش می کشاند. لذا مردم را دوست دارد و با آنان خوش رفتاری می کند. حیوانات را دوست می دارد و با آن ها مهربانی می نماید، و خلاصه همه عالم را دوست می دارد چون آفریده اوست.(۲)

دوست داشتن خدا و پیامبر او از عوامل مهم در تربیت مسلمانان و تقویت وفاداری آنان به اسلام و پایبندی شدیدشان به اصول و آموزه های آن، و حلقه زدن بر گرد پیامبر صلی الله علیه و آله و آموختن از او و اقتدا کردن به او و اجرای اوامر او بود به همین سبب مسلمانان در رویارویی با کافران و دشمنان دین یک صف و یکدل بودند، و در تبلیغ پیامبر اسلام مشتاقانه می کوشیدند، و برای شهادت در این راه سر از پا نمی شناختند، و این از مهم ترین عوامل پیروزی مسلمان و انتشار دعوت اسلام بود.

خداوند متعال به کسانی که از پیامبر پیروی کنند وعده داده است که آنان را دوست بدارد و گناهانشان را ببخشد. خطاب به پیامبر خود می فرماید:

ص:۷۵

۱- ناصف، ج۵، ص۷۸.

۲- به جهان خرّم از آنم که در جهان خرّم ازاوست عاشقم بر همه عالم که همه عالم از اوست

«قُلْ اِنْ کُنْتُمْ تُحِبُّونَ اللّه َفَاص تَّبِعُونی یُحْبِبْکَمُ اللّه ُوَیَغْفِرْ لَکَمْ ذُ نُوبَکَمْ وَاللّه ُغَفُورٌ رَحیمٌ».(۱)

«بگو: این پیامبر اگر خدا را دوست دارید از من پیروی کنید تا خدا نیز شما را دوست بدارد و گناهانتان را بیامرزد، و خدا آمرزگاری مهربان است».

پیامبر صلی الله علیه و آله نیز دوستاران خود را وعده بهشت داده است. اَنَس می گوید:

مردی از پیامبر صلی الله علیه و آله درباره قیامت پرسید و گفت: کی قیامت می شود؟ حضرت فرمود: چه برای آن آماده کرده ای؟ مرد گفت: هیچ، جز آن که خدا و رسول او را دوست می دارم. حضرت فرمود: «تو با کسی خواهی بود که دوستش می داری».(۲)

نیز از اَنَس روایت شده است که پیامبر صلی الله علیه و آله فرمود:

«... هر کس مرا دوست داشته باشد در بهشت با من خواهد بود».(۳)

دوست داشتن مردم

انسان موجودی اجتماعی است و در جامعه ای زندگی می کند که روابط گوناگون عاطفی، اجتماعی، اقتصادی، و دیگر انواع روابط انسانی او را با بسیاری از همنوعان خود پیوند می دهد. کودک از بدو تولدش در میان اعضای خانواده خود زندگی می کند و احساس محبت و شفقت و همدردی و همیاری و وفاداری و دلبستگی و تعلق او را به آنان پیوند می دهد، و در بین آنان احساس امنیت و آرامش و خوشبختی می کند. محبت کودک به مادرش نخستین محبّتی است که کودک از آغاز تولدش احساس می کند. این به خاطر ارتباط مادر با ارضای کلیه نیازهای اساسی کودک و احساس خوشی و لذّتی است که از ارضای آن ها به او دست می دهد. سپس رفته رفته محبت کودک به دیگر افراد پیرامونش مانند پدر و برادران

و نزدیکان و دوستان و همسایگان و عموم مردم شکل می گیرد.

۱- آل عمران/۳۱.

۲- بخاری، در فضائل الصحابه، ج۱۴، ص۱۸۹.

۳- ناصف، ج۱، ص۴۷.

کودک همچنـان که نسـبت به والـدین خود و اعضـای خانواده اش احساس محبت می کنـد، متقابلاً مهر و محبت و دلسوزی و توجه و حمایت آنان نسـبت به خود را نیز حس می نمایـد. این فضای آکنـده از محبّت دوسویه که کودک در آن پرورش می یابد عامل مهمّی در ساخت شخصیت بهنجار او، و احساس امنیت روانی، و اعتماد به نفس و خوشبختی او می باشد.

کودکی که چنین بهنجـار پرورش می یابـد معمولاً ـ نسـبت به همه مردم احسـاس محبت می کنـد. لـذا با آنان انس و الفت می گیرد و دوستی می ورزد و خوش رفتاری می کنـد، و به افرادی که نیاز به مهرورزی دارنـد مهر می ورزد، و به آنان که نیاز به کمک

و مساعـدت دارنـد کمک می کنـد. محبت و مساعـدت انسان به مردم و دراز کردن دست یاری به سوی آنان از عوامل مهمی است که باعث می شود انسان احساس کنـد به جامعه تعلق دارد و عضو سودمندی در آن است، و در نتیجه احساس رضایت از خود و شادمانی و سـعادت می نمایـد. روان درمانان جدید به اهمیت روابط انسانی در زمینه بهداشت روانی انسان پی برده اند. از همین رو می کوشـند بیمـاران روانی خود را بـا افراد جـامعه ارتبـاط دهنـد و پیونـدهای مودت و محبت را میان آنان و دیگر مردمان تقویت کننـد و آنان را به جذب شدن در جامعه و انجام دادن کارهای مفید برای مردم به عنوان یکی از عوامل مهم در درمـان روانی آنان، ترغیب نماینـد. برای مثال، آلفرد آدلر (Alfred Adler) سـعی داشت بیمـاران روانی خود را وادارد تا به دیگران اهمیت دهنـد و بـا آنـان بیامیزنـد و کمکشـان کننـد. او می گفت هر زمـان که بیمـار روانی به این توصـیه عمـل کرده بیماری اش بهبود یافته است.(۱)

ص:۷۷

---

۱ - ۱. Alfred Adler: under standing Human Nature. New York: Gregnberg publishers, ۲nc, ۱۹۲۷, p. ۲۳۹; Rollo May: The Meaning of Anxiety. New York: The ronald press co., ۱۹۵۰, pp. ۱۲۸-۱۳۰. نیز نک : محمد عثمان نجاتی قرآن و روان شناسی ، ص ۸۵۲.

از این جا روشن می شود که چرا اسلام در دعوت مردم به همدلی و همدوستی و کمک به یکدیگر اهتمام نشان داده است. علتش آن است که ارتباط دوستانه و محبت آمیز انسان با دیگران تعلّق او به جماعت را تقویت می کند، و او را از احساس نگرانی و اضطراب که از تنهایی و انزوای اجتماعی ناشی می شود و معمولاً بیمار روانی از چنین احساسی رنج می برد، رهایی می بخشد.

قرآن کریم مسلمانان را به برادری و محبّت و همیاری و همبستگی فرا خوانده است. برای مثال می فرماید:

«وَالْمُؤْمِنُونَ وَالْمُؤْمِنَاتُ بَعْضُهُمْ اَوْلِيَاءُ بَعْضٍ...».(۱)

«و مردان و زنان مؤمن دوستان یکدیگرند».

«اِنَّمَا الْمُؤْمِنُونَ اِخْوَةٌ فَاَصْلِحُوا بَيْنَ اَخَوَيْكُمْ وَ اتَّقُوا اللّه َ لَعَلَّكُمْ تُرْحَمُونَ».(۲)

«در حقیقت مؤمنان با هم برادرند پس میان برادرانتان آشتی افکنید و از خدا پروا بدارید باشد که مورد رحمت قرار گیرید».

«وَاعْتَصِمُوا بِحَبْلِ اللّه ِ جَميعًا وَلاَ تَفَرَّقُوا وَاذْكُرُوا نِعْمَتَ اللّه ِ عَلَيْكُمْ اِذْ كُنْتُمْ اَعْدَاءً فَاَلَّفَ بَيْنَ قُلُوبِكُمْ فَاَصْبَحْتُمْ بِنِعْمَتِهِ اِخْوَانًا...».(۳)

«و همگی به ریسمان خدا چنگ زنید و پراکنده نشوید و نعمت خدا را بر خود یاد کنید آن گاه که دشمنان یکدیگر بودید پس میان دلهای شما الفت افکند تا به لطف او برادرانِ هم شدید...».

قرآن کریم انصار را به محبّت و حمایتشان از مهاجران و برادری کردن با آن ها و کمک نمودن به ایشان ستوده است. خداوند متعال می فرماید:

«وَ الَّذينَ تَبَوَّءُو الدَّارَ وَالْاِيمَانَ مِنْ قَبْلِهِمْ يُحِبُّونَ مَنْ هَاجَرَ اِلَيْهِمْ وَ لاَ يَجِدُونَ فى صُدُورِهِمْ حَاجَةً مِمَّا اُوتُوا وَ يُؤْثِرُونَ عَلى اَ نْفُسِهِمْ وَلَوْ كَانَ بِهِمْ خَصَاصَةٌ وَ مَنْ يُوقَ شُحَّ نَفْسِهِ فَاُولئِكَ هُمُ الْمُفْلِحُونَ».(۴)

۱- توبه /۷۱.

۲- حجرات /۱۰.

۳- آل عمران/۱۰۳.

۴- حشر/۹.

«و کسانی که قبل از [مهاجران] در [مدینه] جای گرفته و ایمان آورده اند؛ هر کس را که به سوی آنان کوچ کرده دوست دارند، و نسبت به آنچه به ایشان داده شده است در دل های خود حسدی نمی یابند، و هر چند در خودشان احتیاجی [مبرم] باشد، آن ها را بر خودشان مقدم می دارند، و هر کس از خسّت نفس خود مصون ماند ایشانند که رستگارانند».

پیامبر صلی الله علیه و آله نیز مسلمانان را به دوستی و مودّت و محبت نسبت به یکدیگر تشویق کرده است. مثلاً فرموده است:

«... سوگند به خدایی که جانم در دست اوست، وارد بهشت نشوید مگر آن که مؤمن شوید، و مؤمن نباشید مگر آن آگاه که یکدیگر را دوست بدارید. آیا شما را راهنمایی نکنم که با چه وسیله یکدیگر را دوست می دارید؟ رواج دادن سلام در میان خود».(۱)

در این حدیث، پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله دوستی و مودّت مسلمانان نسبت به یکدیگر را شرط ایمان داری آنان و رفتن به بهشت قرار داده است. پس، مؤمن حقیقی کسی است که او مردم را و مردم او را دوست بدارند، و کسی که مردم را دوست نداشته باشد و مردم هم او را دوست ندارند، انسانی تُهی از خیر است و امیدی نیست که مشمول آمرزش خداوند متعال واقع شود. پیامبر خدا صلی الله علیه و آله فرموده است:

«مؤمن اهل انس و الفت است، و در کسی که اهل انس و الفت نباشد خیری نیست»(۲)

مردم دوستیِ مؤمن و محبت او به دیگران فقط باید برای خدا باشد، نه منفعتی زودگذر یا غرض شخصی یا رسیدن به پول یا مقام و منصبی. آنچه به رفتار مؤمن جهت می دهد عشق او به خداوند متعال و جلب رضایت اوست؛ بنابراین، هر کاری

که انجام می دهد قصدش از آن خدا و رضایت اوست. پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله مسلمانان را

۱- شیبانی، ج۲، ص۲۳.

۲- احمد، ج۲، ص ۴۰۰، ج۵، ص۳۳۵.

تشویق می فرمود که به خاطر خدا یکدیگر را دوست بدارند، و برای این کار به آنان وعده پاداش بزرگ می داد. از ابو مالک اشعری روایت شده است که رسول خدا صلی الله علیه و آله پس از گزاردن نمازش رو به مردم کرده فرمود:

«ای مردم! بشنوید و آگاه باشید و بدانید که خداوند عزّوجل را بندگانی است که نه پیامبرند و نه شهید، اما پیامبران و شهیدان به خاطر مجالس آنان و قربشان به خداوند بر آنان غبطه می خورند. مردی بادیه نشین از مردمان دور دست آمد و با دستش به پیامبر خدا صلی الله علیه و آله اشاره کرد و گفت: ای پیامبر خدا، مردمی از مردمان که نه پیامبرند و نه شهید، اما پیامبران و شهیدان به خاطر مجالس آنان و قربشان به خدا برایشان غبطه می خورند؟ آنان را برای ما وصف کن. چهره پیامبر خدا صلی الله علیه و آله از سؤال آن بادیه نشین شکفت و فرمود: آنان گروهی از مردمان ناشناس و قبایل غریب هستند که پیوندهای خویشاوندی آنان را به هم وصل نکرده است اما به خاطر خدا یکدیگر را دوست می دارند و با هم خلوص می ورزند. برای اینان خداوند در روز قیامت منبرهایی از نور می نهد و آنان را بر آن منبرها می نشاند، و چهره هایشان را و

جامه هایشان را نور قرار می دهد. در روز قیامت که مردم وحشت می کنند، آنان هیچ هراسی ندارند، آنان اولیای خدایند که نه بیمی دارند و نه اندوهگین می شوند».(1)

در روایتی آمده است که پیامبر صلی الله علیه و آله از هفت گروه نام برد که خداوند در روز قیامت که سایه ای جز سایه او نیست آنان را در سایه خود در می آورد، از آن جمله اند:

«... دو مردی که به خاطر خدا یکدیگر را دوست بدارند و بر این دوستی با یکدیگر اجتماع کنند و بر آن از یکدیگر جدا شوند...».(2)

در روایت دیگری آمده است که پیامبر صلی الله علیه و آله فرمود:

«مردی برای دیدن برادرش در آبادی دیگری به راه افتاد. خداوند بر سر راه او

۱- احمد، ج۵، ص۳۴۳.

۲- ناصف، ج۱، ص۲۳۱ - ۲۳۲؛ نَوَوی، ج۱، ص۵۴۷، ح۱/۶۵۹.

فرشته ای را بـه انتظـارش گمـاشت. چـون مرد به او رسـید، فرشـته پرسـید: کجـا می روی؟ مرد گفت. به دیـدن برادرم در این آبـادی، فرشـته پرسـید: آیـا حقّی بر او داری کـه برای گرفتنش می روی؟ مرد گفت: نه، بلکه به خـاطر خداونـد عزّوجـل او را دوست می دارم. فرشته گفت: پس بدان که من فرستاده خدا به نزد تو هستم تا به تو بگویم که چون او را به خاطر خدا دوست داری خداوند نیز تو را دوست می دارد».(۱)

کسـی که دوستی و دشـمنی اش بـا مردم تنهـا برای خداونـد متعـال باشـد، همچنان که در حـدیث پیش گفته ابو امامه یاد آور شدیم،(۲) ایمانش کامل است.

پیامبر اکرم صـلی الله علیه و آله از مسـلمانان می خواست که دوستی شان با دیگران صادقانه و پیراسـته از خودخواهی و غرض ورزی باشد، و این دوستی زمانی تحقق می یابد که مؤمن آنچه را برای خود می پسـندد برای برادر مؤمنش نیز همان پسندد. از اَنس روایت شده است که پیامبر صلی الله علیه و آله فرمود:

«هیچ یک از شما مؤمن نیست مگر آن گاه که برای برادرش آن بخواهد که برای خود می خواهد».(۳)

در حدیث دیگری از پیامبر صلی الله علیه و آله آمده است:

«... برای مردم آن پسند که بر خود می پسندی تا مسلمان باشی...».(۴)

مهرورزی و دوسـتی مردم نسـبت بـه یکـدیگر و همـدلی آنـان بـه تقـویت روابـط اجتمـاعی آنـان می انجامـد و بـه اسـتحکام یکپارچگی جامعه و ثبات آن کمک می کنـد؛ چرا که افراد به مثابه خشت بنای جامعه هسـتند و چنانچه بر اثر کینه و دشـمنی، روابـط ما بین آن ها از هم بگسـلد و پیونـد میانشان گسـسته گردد جامعه از هم می پاشـد و فرو می ریزد، چنان که اگر اجزای ساختمـان از هـم جـدا شونـد آن ساختمـان فرو می ریزد. پیـامبر خـدا صـلی الله علیه و آله مسـلمانان را به همیـاری و برادری و همبستگی و انسجام

۱- ناصف، ج۵، ص۸۲.

۲- نک: صفحه ۸۱ همین کتاب.

۳- ناصف، ج۱، ص۲۶.

۴- ناصف، ج۵، ص۱۶۶ - ۱۶۷.

تشویق فرمود تـا این که جـامعه اسـلامی همواره بـا ثبات و پایـدار و نیرومنـد باقی بمانـد و عوامل ویرانی و تخریب که از سوی دشـمنان اسـلام علیه آن تـدارک دیـده می شود در آن اثر نکنـد. نعمان بن بشـیر می گوید که پیامبر خدا صـلی الله علیه و آله فرمود:

«مؤمنـان در مهرورزی و همـدوستی و همـدلی چونـان یک پیکرنـد که هرگاه عضوی از آن دردمنـد شود دیگر اعضا، با شـب بیداری و تب، با آن همدردی کنند».(۱)

نیز می فرماید:

«مؤمنان نسبت به یکدیگر چونان ساختمانی هستند که اجزای آن یکدیگر را استوار می دارند...».(۲)

پیـامبر صـلی الله علیه و آله به دعوت مسـلمانان به برادری و محبت و مهرورزی و همـدلی و همیاری و همبسـتگی بسـنده نکرد بلکه عملاً نیز سـعی کرد تا این مفاهیم را در جامعه اسـلامی که بلافاصـله پس از هجرت، آن را در مدینه بنا نهاد تحقق بخشد. او میان مهاجران و انصار برادری افکنـد و با این کار پیوندهای برادری و محبّت و همیاری را میان مسـلمانان تقویت کرد. برای نمـونه، سـعد بـن ربیع انصـاری را بـا عبـدالرحمن بـن عـوف برادر قرار داد، و در پی آن، سـعد بـه عبـدالرحمن گفـت: «من ثروتمنـدترین انصار هسـتم و دارایی ام را با تو نصف می کنم. دو زن دارم. ببین کـدام یک را بیش تر می پسـندی نامش را به من بگو تـا طلاقش دهم و عـده اش که تمام شـد تو با او ازدواج کن». عبـدالرحمن گفت: خـدا به عیال و اموالت برکت دهـد. بازارتان کجاست؟».(۳) بازار را به او نشان دادنـد و عبدالرحمن به تجارت و کسب و کار پرداخت و زن گرفت واز ثروتمندان مدینه شد.

ایجاد اخوّت میان مهاجران و انصار و در نتیجه، گسترش روح برادری و مودّت و

ص:۸۲

۱- نَوَوی، ج۱، ص ۱۳۸، ح۲/۶۳۲.

۲- احمد، ج۴، ص۴۰۴. بخاری و مسلم و ترمذی و نسائی نیز این حدیث را آورده اند ونسنک، ج۱، ص۲۲۳.

۳- ناصف، ج۳، ص۴۰۱ - ۴۰۲.

تعاون و همبستگی میان مسلمانان نمونه منحصر به فردی از همبستگی اجتماعی بود. این واقعه تأثیرات ژرف و دیرپایی در استقرار جامعه اسلامی در مدینه داشت و کمک کرد که مسلمانان با خیال آسوده در جهت نشر دعوت اسلامی کار کنند.

مؤمن تنها به این اکتفا نمی کند که او مردم را دوست داشته باشد بلکه هم چنین، می کوشد که خود نیز محبوب مردم باشد تا به این فرموده پیش گفته رسول اکرم صلی الله علیه و آله جامه عمل پوشاند: «مؤمن اهل انس و الفت است و در کسی که با دیگران الفت نگیرد و دیگران با او الفت نگیرند خیری نیست». پیامبر خدا صلی الله علیه و آله مسلمانان را به انجام کارهایی که باعث محبوبیت آنان در بین مردم می شد نصیحت و توصیه می کرد؛ کارهایی مانند سلام کردن به یکدیگر، دست دادن، هدیه دادن، و اظهار محبت به همدیگر، روایت شده است که آن حضرت فرمود:

«... آیا شما را به چیزی راهنمایی نکنم که اگر آن را انجام دهید نسبت به هم محبت پیدا می کنید؟ سلام کردن به یکدیگر».(۱)

در روایت دیگری که عطاء بن ابی مسلم عبداللّه خراسانی آن را بازگو کرده آمده است که پیامبر صلی الله علیه و آله فرمود:

«با یکدیگر دست دهید تا کینه ها از بین برود، و به هم هدیه دهید تا یکدیگر را دوست بدارید و دشمنی ها برطرف شود».(۲)

خداوند متعال مؤمنی را که مردم دوست باشد و مردم نیز دوستش بدارند، دوست می دارد. از اَنَس روایت شده است که پیامبر صلی الله علیه و آله فرمود:

«مردم عائله خدایند، و محبوب ترین مردم نزد خداوند کسی است که به عائله او نیکی کند».(۳)

از ابو العباس سهل بن سعد ساعدی روایت شده است که گفت:

۱- این روایت را مسلم وابو داود و ترمذی و احمد و ابن ماجه آورده اند ونسنک، ج۱، ص۴۰۸.

۲- مالک، ح۱۶۴۲.

۳- این حدیث را بیهقی در شُعب الایمان۲ به نقل از انس و عبداللّه، آورده است مشکاه المصابیح، محمد بن عبداللّه خطیب تبریزی، ج۳، ص۱۳۹، ح۴۹۹۸ و ۴۹۹۹.

«مردی خدمت پیامبر صلی الله علیه و آله آمد و گفت: ای پیامبر خدا، مرا به کاری راهنمایی کن که هرگاه آن را انجام دهم خدا و مردم مرا دوست دارند. پیامبر صلی الله علیه و آله فرمود: به دنیا

بی اعتنا باش تا خدا دوستت بدارد، و به آنچه مردم دارند بی اعتنا باش تا مردم دوستت بدارند».(۱)

زهد و بی اعتنایی به دنیا آن است که انسان خود را به آنچه در دست خداست توانگرتر بداند تا به آنچه خود او دارد. رویگردانی انسان از آنچه مردم دارند نیز به

محبوبیت وی در نزد مردم می انجامد.(۲)

هرگاه خدا بنده ای را دوست بدارد اهل آسمان و زمین نیز او را دوست می دارند، و برای او مقبولیت در جامعه را رقم می زند. پیامبر خدا فرموده است:

«خداوند هرگاه بنده ای را دوست بدارد، جبرئیل را فرا خواند و فرماید: من فلانی را دوست دارم، پس تو هم او را دوست بدار، و جبرئیل دوستش دارد و آن گاه در آسمان بانگ بر آورد و گوید: خدا فلانی را دوست می دارد پس شما نیز او را دوست بدارید، و اهل آسمان دوستش دارند. سپس مقبولیت در زمین برایش قرار داده شود. و هرگاه خداوند بنده ای را دشمن بدارد جبرئیل را فرا خواند و فرماید: من فلانی را دشمن می دارم، پس تو هم او را دشمن بدار، و جبرئیل دشمنش بدارد و آن گاه در میان اهل آسمان بانگ برآورد که خدا فلانی را دشمن می دارد پس شما نیز او را دشمن بدارید، و اهل آسمان دشمنش بدارند، آن گاه نفرت از او در زمین برایش قرار داده شود».(۳)

دوست داشتن همه آفریده های خدا

اسلام دین محبت و خیرخواهی نسبت به همه انسان ها و همه آفریده های

۱- نَوَوی، ج۱، ص ۴۲۰.

۲- نَوَوی، ج۱، ص ۴۲۰.

۳- ناصف، ج۵، ص۷۹.

خداست.

پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله به یارانش می آموخت که همه مردم را دوست بدارند و کارهایی را که در آن ها خیر همه انسان ها و همه مخلوقات خدا، از حیوانات و پرندگان است انجام دهند. از اَنس روایت شده است که پیامبر صلی الله علیه و آله فرمود:

«هر مسلمانی نهالی بنشاند یا دانه ای کشت کند و پرنده ای یا انسانی و یا چرنده ای از آن بخورد این برای او صدقه ای به شمار می آید».(۱)

در روایتی دیگر آمده است که آن حضرت فرمود:

«مردی در راهی می رفت و سخت تشنه شد. به چاه آبی رسید. در آن فرو شد و آب نوشید و بیرون آمد. سگی را دید که از تشنگی لَه لَه می زند و خاک نمناک را می خورد. مرد با خود گفت: این سگ همان قدر تشنه است که من بودم. پس، داخل چاه شد و کفش خود را پر آب کرد و آن را با دهانش گرفت و بالا آمد و به سگ آب داد. خداوند از این کار او قدردانی کرد و او را آمرزید». اصحاب عرض کردند: آیا برای حیوانات هم به ما پاداش داده می شود؟ فرمود: «برای سیراب کردن هر جگر تفتیده ای پاداشی است».(۲)

دعوت پیامبر صلی الله علیه و آله به محبت و کار نیک محدود به هیچ حدّ و مرزی نیست، و به دوست داشتن مردم نیز منحصر نمی شود بلکه یک دعوت فراگیر است که همه هستی و مخلوقات الهی را در بر می گیرد. زمانی که پیامبر صلی الله علیه و آله مسلمانان را به دوست داشتن انسان و دیگر مخلوقات خداوند فرا می خواند با این کار، در واقع، آنان را دعوت به این می کند که انسان های کامل و ایده آل و لبریز از محبت و نیکی باشند به طوری که این محبت آنان تمام مخلوقات خداوند در عالم هستی را غرق خود سازد.

۱- ناصف، ج۲، ص ۲۳۰.

۲- بخاری، در الادب، ح۲۲، ص۲۲۲؛ ابو داود، در الجهاد، ج۳، ح ۲۵۵۰؛ مسلم، مالک، ابن ماجه، و احمد نیز این حدیث را آورده اند ونسنک، ج۵، ص۵۰۸.

انسانی که این دعوت پیامبر صلی الله علیه و آله را اطاعت کند و بتواند آن را در درون خویش تحقق بخشد در اوج بهداشت روانی و در قله سعادت انسانی جای می گیرد.

دوست داشتن فرزندان

پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله مسلمانان را به دوست داشتن فرزندان و محبت به آنان و تربیت و سرپرستی درست آن ها توصیه می فرمود، وخود در این زمینه برای آنان بهترین الگو بود. آن حضرت حسن و حسین علیهماالسلام را دوست می داشت و به آن دو مهر می ورزید و آن ها را در آغوش می کشید و می بوسید و بر پشت خود می نشاند. از اَنس روایت شده است که پیامبر صلی الله علیه و آله به فاطمه علیهاالسلام می فرمود: «پسرانم را صدا بزن» و آن دو را می بوييد و بغل می کرد.(۱) از ابو هریره روایت شده است که گفت:

رسول خدا صلی الله علیه و آله حسن بن علی را بوسید. ارَع بن حابس تیمی که در آن جا نشسته بود، گفت: من ده فرزند دارم و یکی از آن ها را نبوسیده ام. رسول خدا صلی الله علیه و آلهبه او نگاهی کرد و فرمود: «کسی که رحم نکند مورد رحم قرار نمی گیرد».(۲)

بادیه نشینی نزد پیامبر صلی الله علیه و آله آمد و گفت: شما کودکان را می بوسید! ما که نمی بوسیم.

پیامبر صلی الله علیه و آله فرمود: «من چه کنم که خداوند مهر و رحمت را از دل تو کنده است».(۳)

برّاء نیز می گوید:

پیامبر صلی الله علیه و آله را دیدم که حسن را بر دوش خود سوار کرده است و می فرماید: «بار خدایا، من او را دوست دارم، تو هم دوستش بدار».(۴)

همو می گوید:

«پیامبر صلی الله علیه و آله چشمش به حسن و حسین علیهماالسلام افتاد، فرمود: «بار خدایا، من این دو را

۱- ناصف، ج۳، ص۳۵۹.

۲- ناصف، ج۵، ص۷.

۳- ناصف، ج۵، ص۷.

۴- ناصف، ج۳، ص۳۵۷.

دوست دارم، تو هم دوستشان بدار».(۱)

بُرَیْره می گوید:

پیامبر صلی الله علیه و آله برای ما سخنرانی می کرد که حسن و حسین علیهماالسلام که هر یک پیراهنی قرمز بر تن داشتند و گاه بر زمین می خوردند، وارد شدند. پیامبر خدا صلی الله علیه و آله از منبر به

زیر آمد و آن دو را بغل کرد و بر زانوی خود نهاد، سپس فرمود: «راست فرمود خداوند که: دارایی ها و فرزندان شما فتنه اند. چشمم به این دو طفل افتاد که راه می روند و زمین می خورند، طاقت نیاوردم به طوری که سخنم را قطع کردم و آن ها را بغل کردم».(۲)

پیامبر صلی الله علیه و آله مسلمانان را به حسن توجه به فرزندان، به ویژه دختران، سفارش می کرد و به کسانی که با دخترانشان خوش رفتاری کنند وعده آمرزش و نیل به بهشت می داد. از ابن عباس روایت شده است که پیامبر صلی الله علیه و آله فرمود:

«هر کس دختری داشته باشد و او را زنده به گور نکند و به او توهین و تحقیر روا ندارد و پسرش را بر وی ترجیح ندهد خداوند او را وارد بهشت کند».(۳)

عایشه می گوید:

زنی با دو دخترش نزد من آمد و از من چیزی خواست اما من جز یک عدد خرما چیزی نداشتم، و همان را به او دادم. آن زن خرما را میان دو دخترش قسمت کرد و سپس برخاست و رفت. پیامبر صلی الله علیه و آله که آمد موضوع را برایش گفتم، فرمود: «هر کس دخترانی داشته باشد و به آن ها نیکی کند برای او پرده ای در برابر آتش خواهند بود».(۴)

یکی از مظاهر علاقه و محبّت پدران به فرزندان این است که به آنان اهتمام بورزند و در مراقبت و راهنمایی و ارشاد و تربیت آنان بکوشند تا این که شهروندانی

۱- ناصف، ج۳، ص۳۵۸.

۲- ناصف، ج۳، ص۳۵۸.

۳- ناصف، ج۳، ص۳۵۸.

۴- ناصف، ج۵، ص۷.

شایسته بـار آینـد. پیـامبر صـلی الله علیه و آله به تعلیم و تربیت درست فرزنـدان توصـیه کرده و مسـلمانان را به این امر ترغیب فرموده است و برای این کار آنان وعده پاداش بزرگی از جانب خداوند داده است. جابر بن سـمره از پیامبر صلی الله علیه و آله روایت کرده است که فرمود:

«انسان فرزندش را تربیت کند بهتر از آن است که یک من صدقه دهد».(۱)

هم چنین از ایّوب بن موسـی از پدرش از جدّش روایت شده است که پیامبر صلی الله علیه و آلهفرمود: «هیچ پدری به فرزندش هدیه ای بهتر از ادب نیکو نداده است».(۲)

بـدین سان می بینیم که پیامبر صـلی الله علیه و آله به پرورش سالم کودک در خردسالی و حسن تربیت و مراقبت او اهتمام می ورزیـد تـا نهـال صـفات پسـندیده و اخلاـق فاضـله، در این مرحله آغـازین زنـدگی او، در جـان وی غرس شود، مرحله ای که مطالعات روانشـناختی جدید اهمیت آن را در شـکل گیری شخصیت کودک که تأثیر زیادی در رفتار او در زندگی آینده اش خواهد داشت، روشن ساخته است.

محبّت جنسی

یکی از انگیزه هایی که خداوند متعال در وجود ایشان نهاده انگیزه جنسـی است. این انگیزه هر یک از نر و ماده را، از رهگذر احساس محبت و عشق و برای ادامه بقای نوع، به سوی یکدیگر می کشاند. ما پیش تر، در فصل گذشـته، به بررسی این انگیزه پرداختیم اما اینک بر آنچه در پاره ای احادیث نبوی در خصوص محبّت جنسی آمده است، می پردازیم.

اسـلام محبت جنسـی را نفی نمی کنـد؛ چرا که این محبت یـک امر طبیعی و فطری در نهـاد انسـان است، امّـا به ارضای آن از طریق مشـروع، یعنی ازدواج، فرا می خواند. پیامبر صلی الله علیه و آله به جوانان سفارش می کرد که، در صورت توان، ازدواج کنند و کسانی را که

۱- ناصف، ج۵، ص ۸.

۲- ناصف، ج۵، ص ۸.

شرایط اقتصادی لازم برای ازدواج را نداشتند به روزه گرفتن فرا می خوانـد؛ زیرا روزه انسان را به مهار کردن انگیزه جنسی کمک می کند و در تسلّط بر عشق و محبت جنسی توانا می سازد. از عبداللّه بن مسعود روایت شده است که پیامبر صلی الله علیه و آله فرمود:

«ای جوانان! هر یک از شما توان مالی دارد ازدواج کند، و هر کس ندارد روزه بگیرد؛ چون روزه شهوت را قطع می کند».(۱)

ابن قیّم جوزی، ضمن سخن از عشق و علاج آن، به این حدیث اشاره کرده است و می گوید: «.. پیامبر خدا صلی الله علیه و آله عاشق را به دو راه علاج راهنمایی کرده است: اصلی و جایگزین. و او را به اصلی - درمانی که برای این درد تعیین شده است - فرمان داده است؛ بنابراین مادام که می تواند ازدواج کند نباید از آن به روشی دیگر عدول کند».(۲) در همین باره، ابن ماجه از ابن عباس روایت کرده است که پیامبر صلی الله علیه و آلهفرمود :

«ما برای عاشقان راهی مانند ازدواج ندیده ایم».(۳)

اما اگر جوان نتوانست ازدواج کند آن گاه باید درمان جایگزین را که همان روزه باشد، برگزیند؛ زیرا روزه گرفتن، از یک سو، شدّت انگیزه جنسی را می کاهد، و از سوی دیگر فرد را از اندیشیدن در آن باز می دارد، چرا که با پرداختن به روزه و تلاوت قرآن و استغفار و تسبیح خدا گفتن سعی می کند خود را به خدا نزدیک سازد، و این همه او را در چیره آمدن بر قدرت و شدّت عشق کمک می کنند.

طبیعی است که مرد همسر خود را دوست بدارد و در زندگی با او احساس امنیّت و آرامش و آسودگی خاطر کند، خداوند بزرگ به این حقیقت اشاره کرده می فرماید:

«وَ مِنْ ایَاتِهِ اَنْ خَلَقَ لَکُمْ مِنْ اَنْفُسِکُمْ اَزْوَاجًا لِتَسْکُنُوا اِلَیْهَا وَجَعَلَ بَیْنَکُمْ مَوَدَّةً وَ رَحْمَةً اِنَّ فی ذلِکَ لَاَیاتٍ

۱- این حدیث را شیخان و ابو داود و ترمذی و نسائی و دارمی و احمد روایت کرده اند ر.ک: فصل اول کتاب حاضر، ص۵۵.

۲- ابن قیّم جوزی، الطبّ النبوی، ص ۲۴۵ - ۲۴۷.

۳- ابن ماجه، ج۱، ح۱۸۴۷.

لِقَوْمٍ یَتَفَکَّرُونَ». (۱)

«و از نشانه های [وجود] او این است که از جنس خودتان جفت هایی برایتان آفرید تا در کنار آن ها آرام گیرید، و میان شما دوستی و مهربانی قرار داد. در این امر

برای مردمی که می اندیشند نشانه هایی است».

پیامبر صلی الله علیه و آله همسران خود را دوست می داشت امّا علاقه آن حضرت به همسرانش او را از انجام مسؤولیت هایش در جهاد برای نشر دعوت اسلام و تحکیم پایه های دولت اسلامی، و فرماندهی سپاهیان، و هدایت و ارشاد و آموزش دادن یارانش باز نمی داشت.

دوست داشتن مال و دارایی

مردم علاقه زیادی به مال و ثروت دارند؛ چون به وسیله آن تمام نیازهای خود را بر آورده می سازند، و به مقام و نفوذ در بین مردم دست می یابند، و صاحب نیرو و قدرت سیاسی و اقتصادی در جامعه می شوند. قرآن کریم از علاقه مردم به مال و ثروت چنین یاد کرده است:

«وَ تُحِبُّونَ الْمَالَ حُبًّا جَمًّا». (۲)

«و مال را دوست دارید، دوست داشتنی بسیار».

«وَ اِنَّهُ لِحُبِّ الْخَیْرِ لَشَدِیدٌ». (۳)

«و راستی او سخت دوستدار مال است».

پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله نیز از دلبستگی انسان به دارایی و حرص و ولع او برای به دست

آوردن آن یاد کرده است. برای نمونه، از ابن عباس روایت شده است که پیامبر صلی الله علیه و آله فرمود:

۱- روم /۲۱.

۲- فجر/۲۰.

۳- عادیات/۸.

«آدمیزاده اگر دو وادی از پول داشت باز در جستجوی سومی بر می آمد. درون آدمیزاده را جز خاک چیزی پر نکند، و خدا توبه کسی را که توبه کند می پذیرد».(۱)

از ابو هریره نیز روایت شده است که پیامبر صلی الله علیه و آله فرمود:

«دل پیر در دوست داشتن دو چیز جوان است: عمر دراز و مال بسیار».(۲)

کعب بن عیاض نیز روایت کرده است که رسول خدا صلی الله علیه و آله فرمود:

«برای هر امّتی فتنه ای است و فتنه امّت من مال است».(۳)

ترس

ترس یکی از عاطفه های مهمّ در زندگی انسان است. ترس عاطفه ای است فطری که انسان در مواقع خطر احساس می کند. ترس برای زندگی انسان سودمند است؛ چون او را به اجتناب از موارد خطر و دوری کردن از آنچه به او گزند و زیان می رساند، وا می دارد. هم چنین، باعث می شود که انسان، در هنگام پیش بینی بروز خطر به فراهم آوردن ابزارها وتدابیر لازم برای حفظ خود، پیش از وقوع آن، اقدام کند.

برای مثال، ترس دانش آموز از مردود شدن در امتحانات او را وا می دارد تا در خواندن درسهایش تلاش زیادی به خرج دهد و در نتیجه با نمره بالایی قبول می شود. یا ترس کارمند از این که اگر در انجام وظیفه اش کوتاهی کند شغلش را از دست می دهد او را وا می دارد که نهایت سعی خود را به کار برد تا وظیفه اش را به بهترین وجه انجام دهد.

مهم ترین نوع ترس که بیش ترین فایده را در زندگی انسان دارد، ترس از عذاب الهی است، چرا که این ترس انسان را به انجام وظایف دینی اش و هر کاری که خدا را

۱- ناصف، ج۵، ص۱۶۲.

۲- ناصف، ج۵، ص۱۶۳.

۳- ناصف، ج۵، ص۱۶۳.

خشنود می گرداند و اجتناب از آنچه خداوند از آن نهی می کند، و خودداری از ارتکاب گناهان و معاصی وا می دارد خداوند متعال می فرماید:

«...وَخَافُونِ اِنْ کُنْتُمْ مُؤْمِنِینَ».(۱)

«...و از من بترسید اگر مؤمن هستید».

از همین رو، آیاتی که در قرآن از کیفر و عذاب خداوند می ترسانند تأثیر فراوانی در سوق دادن مؤمنان به اطاعت از فرامین خداوند و اجتناب از نافرمانی او دارند. پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله نیز، برای تربیت روانی مسلمانان و سوق دادن آنان به امتثال از اوامر و نواهی خداوند و دوری کردن از معصیت او، از این عامل - ترساندن از کیفر و عذاب الهی - کمک جسته است. در روایت آمده است که آن حضرت فرمود:

«هیچ کس نیست که بمیرد مگر آن که پشیمان شود». عرض کردند: پشیمانی اش از چیست ای رسول خدا؟ فرمود: «اگر نیکو کار بوده از این پشیمان شود که چرا بیش تر کار نیک نکرده و اگر کردارش بد بوده از این پشیمان شود که چرا دست از کارهایش بر نداشت».(۲)

در این حدیث به افزودن بر طاعت تشویق، و از انجام دادن کارهای بد و گناهان ترسانیده شده است.

از ابوذر نیز روایت شده است که پیامبر صلی الله علیه و آله فرمود:

«من چیزی را می بینم که شما نمی بینید، و چیزی را می شنوم که شما نمی شنوید. آسمان نالید و حق دارد که بنالد. در وجب به وجب آن فرشته ای پیشانی اش را برای خداوند به سجده نهاده است. به خدا سوگند اگر آنچه را من می دانم شما بدانید کم تر می خندید. و بیش تر گریه می کردید، و از همبستری با زنان لذت نمی بردید، و از خانه هایتان بیرون می زدید و به خدا پناه می بردید. کاش

۱- آل عمران/۱۷۵.

۲- ناصف، ج۵، ص۲۰۳.

درختی بودم که با تبر قطع می شود».(۱)

در این حدیث، پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله یادآور می شود که او از احوال دنیا و آخرت و صحنه های هول انگیز آن ها، و شگفتی های عالم ملک و ملکوت چیزهایی می بیند و می شنود که یارانش آن ها را نمی بینند و نمی شنوند، و اگر آنچه را او می داند آن ها

می دانستند کم تر می خندیدند و بیش تر می گریستند و ترک زن و خانه می کردند و از خداوند کمک می طلبیدند تا آن ها را از آن همه صحنه های هولناک که با چشم دل می بینند نجاتشان دهد.

در روایت دیگری از پیامبر صلی الله علیه و آله آمده است که فرمود:

«کسی که از ترس خدا بگرید هرگز وارد آتش دوزخ نمی شود تا آن که شیر به پستان باز گردد».(۲)

یعنی همچنان که بازگشت شیر دوشیده به پستان محال است، به دوزخ رفتن کسی که از ترس و خشیت خداوند گریه کند نیز محال است. این حدیث گویای آن است که ترس از خدا مایه رهایی از آتش دوزخ است؛ چرا که این ترس انسان را به انجام طاعات و دوری از گناهان وا می دارد.

تحقیقات تجربی جدید نشان داده است که ترس اگر معتدل باشد در واداشتن انسان به انجام درست کارهایش سودمند است، اما اگر بسیار شدید باشد به اضطراب انسان و عملکرد بد او می انجامد. برای مثال» ترس معتدل در دانش آموز باعث می شود که خودش را برای امتحانات به خوبی آماده سازد و امتحاناتش را درست برگزار کند، اما ترس شدید از امتحانات اولاً او را از تمرکز درست برای به

خاطر سپردن درس هایش باز می دارد، ثانیا باعث می شود که امتحانات را به درستی انجام ندهد.(۳)

۱- ناصف، ج۵، ص۲۰۴ - ۲۰۵ [بسیاری از شارحان حدیث گفته اند که جمله پایانی حدیث]کاش...] از ابوذر است که پس از شنیدن سخن پیامبر آن را به زبان آورده است - م].

۲- ناصف، ج۵، ص ۲۰.؛

۳- ادوارد. ج. مورای، الدفعیه والانفعال، ترجمه احمد عبدالعزیز سلامه، ویرایش محمد عثمان نجاتی، ۱۲۸ - ۱۳۱.

از نتایـج این تحقیقات می توان دریافت که ترس بسـیار شدیـد از عـذاب خداوند ممکن است به یأس از رحمت الهی بینجامد، که در این صورت شخصـیت انسان مضـطرب می شود، و چون به نجات از عـذاب خداونـد امیدی ندارد ممکن است در انجام وظایف دینی اش به درستی عمل نکند. از این رو، همراه بودن ترس از عذاب خدا با امید به رحمت خدا امری ضروری و مفید است؛ زیرا امید به رحمت خداوند شدّت ترس را به حدّ معقولی کاهش می دهد و اجازه نمی دهد که یأس و نومیدی بر انسان چیره گردد و موجب آن شود که در انجام وظایف دینی اش سستی ورزد.

عکس این قضـیه نیز صادق است. یعنی اگر امیـد به رحمت خـدا بسـیار شدیـد باشد ممکن است انسان را به اهمال در وظایف دینی اش بکشانـد. بنـابراین، انسـان بایـد میان ترس از عـذاب خود و امیـد به رحمت او جمع کنـد؛ زیرا آمیزه ای از این هر دو انسان را به نیروی پیش برنـده ای مجهز می کند که او را در جهت پیمودن راه درست، به جا آوردن طاعات و وظایف دینی، و دوری کردن از بـدی هـا و گناهـان حرکت می دهـد؛ چرا که از یـک سـو از خشم و عـذاب الهی بیم دارد و از دیگر سوی به آمرزش و رحمت او امیدوار است. خداوند بزرگ یکی از خصوصـیات پیامبران و بندگان شایسـته اش را داشتن توأمان روحیه ترس و امید دانسته می فرماید:

«اِنَّهُمْ کَانُوا یُسَارِعُونَ فِی الْخَیْرَاتِ وَ یَدْعُونَنَا رَغَبًا وَ رَهَبًا وَ کَانُوا لَنَا خَاشِعِینَ».(۱)

«آنان در کارهای نیک می شتافتند و ما را با بیم و امید می خواندند و در برابر ما خاشع بودند».

و می فرماید:

«تَتَجَافی جُنُوبُهُمْ عَنِ الْمَضَاجِعِ یَدْعُونَ رَبَّهُمْ خَوْفًا وَ طَمَعًا وَ مِمَّا رَزَقْنَاهُمْ یُنْفِقُونَ».(۲)

۱- انبیاء/۹۰.

۲- سجده /۱۶.

«از بستر خواب پهلو تهی می کنند و پروردگارشان را با بیم و امید می خوانند و از آنچه روزیشان کرده ایم انفاق می کنند».

خشم

خشم عاطفه ای فطری است که وقتی بر سر راه ارضای یکی از انگیزه های اساسی یا مهم مانع ایجاد می شود ظهور می کند. هر گاه مانعی انسان یا حیوان را از رسیدن به هدفی معیّن که ارضای یکی از انگیزه های اساسی یا مهمّ او را تحقق می بخشد، باز دارد، آن انسان یا حیوان خشمگین و بر آشفته می شود و در برابر آن مانع مقاومت می ورزد و برای چیره آمدن بر آن و از میان برداشتنش مبارزه می کند تا این که بتواند به هدف خود و ارضای انگیزه اش دست یابد. شدّت خشم بستگی به شدّت انگیزه ممانعت شده و نیز اهمیت هدف در تحقق بخشیدن به ارضای انگیزه دارد.

انگیزه های فیزیولوژیک فطری انسان و حیوان، همچنان که در فصل پیشین گفتیم، برخی برای حفظ ذات اساسی اند و برخی برای بقای نوع. اخیرا پاره ای مطالعات و بررسی های تجربی برای شناخت تفاوت میان برخی انگیزه های فیزیولوژیک مهم، به لحاظ قوّت و ضعف، صورت گرفته است. نتایج این مطالعات نشان داد که انگیزه مادری از همه قوی تر است، سپس، به ترتیب، انگیزه تشنگی و انگیزه گرسنگی و سرانجام انگیزه جنسی جای دارند.(۱)

از نتایج این مطالعات روشن می شود که انگیزه جنسی، آن طور که زیگموند فروید و پیروان او از مکتب روانکاوی معتقدند، نیرومندترین انگیزه فیزیولوژیک فطری نیست.

بعضی از انگیزه های انسان، خواه روانی یا اجتماعی، در خلال فرایند اجتماعی

۱- ۱. Munn, L.N. Psychology: The fundamentals of Human Adjustement ۴th ed, Boston, Houghten Mifflin co. ۱۹۶۷. pp. ۲۷۸-۲۸۱.

شـده او پدیـد می آینـد. برخی از این انگیزه هـا بنیـاد فطری دارنـد، و برخی آموختنی و اکتسابی انـد. این انگیزه های روانی و اجتمـاعی، به تبع اهمیتی که نزد فرد دارنـد، قـدرت نسبی خود را به دست می آورنـد، و اهمیت آن ها هم، بر حسب شـرایط و موفقیت های اجتماعی شـدن افراد و نوع فرهنگی که در آن پرورش یافته اند و نوع تربیتی که از آن تأثیر پذیرفته اند و گرایش ها و ارزش هایی که کسب کرده اند، متفاوت

است. برای مثـال، در برخی افراد انگیزه دینی یکی از نیرومنـدترین و بلکه نیرومنـدترین انگیزه آنـان است، به طوری که در راه دفـاع از دینشـان جـان خـود را فـدای می کننـد، امـا، برعکس، در برخی افراد این انگیزه بسـیار ضـعیف است به طـوری که در زندگی آنان اهمیت قابل ملاحظه ای ندارد.

بنابراین، خشم، از نظر درجه شدّت، در مردم متفاوت است، و این امر همچنان که گفتیم - بستگی به شدت انگیزه ای دارد که از ارضای آن ممانعت شده، و نیز به اهمیّت هدفی که، برای تحقق این ارضا و رسیدن به آن مطلوب بوده است. عوامل دیگری هم در میزان شدّت عاطفه خشم تأثیر گذارند، عواملی چون ژنتیک دسـتگاه عصبی و دسـتگاه غددی، و تجربه های پیشـین که به تقویت حملات خشم، به سـبب سودها و دسـتاوردهای شخصـی که این حملات در گذشـته تحقق بخشـیده انـد - انجامیـده است.

هرگاه شخص با مانعی برخورد کند که او را از رسیدن به هدفی از اهداف اساسی و مهم و ضرور برای زندگی اش، یا یکی از اهـداف بلنـدش که، برای تحقق کمـال ذاتی اش، در راسـتای آن تلاـش می کنـد، باز دارد خشـمگین می شود. چنین خشـمی پسـندیده و بلکه، در چنین مواردی، ضـروری و واجب است.خداونـد متعـال پیـامبر صـلی الله علیه و آله و یـاران او را، به خاطر خشمشان بر کفّار در نبرد با آنان برای نشر دعوت اسلام، ستوده است و می فرماید:

«مُحَمَّدٌ رَسُولُ اللّه ِ وَ الَّذینَ مَعَهُ اَشِدَّاءُ عَلَی الْکُفَّارِ رُحَمَاءُ بَیْنَهُمْ...».(۱)

۱- فتح /۲۹.

«محمد فرستاده خدا و کسانی که با اویند بر کافران سختگیرند و با یکدیگر

مهربان...».

سخت گیر و خشن بودن با کافران، در واقع، نتیجه خشمِ ناشی از دشمنی کافران با اسلام و تعدی و کینه توزیشان با مسلمانان است.

خداوند متعال می فرماید:

«یاَءَیُّهَا النَّبِیُّ جَاهِدِ الْکُفَّارَ وَالْمُنَافِقِینَ وَ اغْلُظْ عَلَیْهِمْ وَ مَاْویهُمْ جَهَنَّمُ وَ بِئْسَ الْمَصیرُ».(۱)

«ای پیامبر با کافران و دورویان پیکار کن، و بر آنان درشت باش. جایشان دوزخ است و بدا فرجامی».

و می فرماید:

«یاَءَیُّهَا الَّذینَ اٰمَنُوا قَاتِلُوا الَّذینَ یَلُونَکُمْ مِنَ الْکُفَّارِ وَ لْیَجِدُوا فیکُمْ غِلْظَةً وَ اعْلَمُوا اَنَّ اللّٰهَ مَعَ الْمُتَّقینَ».(۲)

«ای کسانی که گرویده اید با کسانی از کافران که نزدیک شمایند بجنگید باید که در شما درشتیی بینند. بدانید که خدا با پرهیزگاران است».

درشتی با کافران، خود، حاصل خشمی است که بر اثر ایستادگی آنان در برابر اسلام برانگیخته می شود. اما خشم گرفتن به خاطر یک امر غیر اساسی یا غیر ضروری یا غیر مهم، یا به سبب امری از امور بی ارزش و ناپایدار دنیوی خشمی ناپسند است. به همین دلیل، خداوند مکان کافران مکّه را که تا پیش از صلح حدیبیه، از ورود پیامبر صلی الله علیه و آله و یارانش به مکّه برای به جا آوردن عمره جلوگیری کردند نکوهش کرده است؛ چرا که این اقدام کافران، در واقع، برخاسته از خشم جاهلی بود خشمی که خود، از تکبر مذموم و غرور باطل بر می خاست.خداوند می فرماید:

«اِذْ جَعَلَ الَّذینَ کَفَرُوا فی قُلُوبِهِمُ الْحَمِیَّةَ حَمِیَّةَ الْجَاهِلِیَّةِ فَاَنْزَلَ اللّٰهُ سَکِینَتَهُ عَلی رَسُولِهِ وَ عَلَی

۱- تحریم /۹.

۲- توبه/۱۲۳.

الْمُؤْمِنِينَ...».(۱)

«آن گـاه که کافران دل هایشان را با خشم کور، خشم روزگار نادانی، بیا کندنـد. پس خـدا آرامش خویش را بر پیامبرش و بر مؤمنان فرود آورد».

پیامبر صـلی الله علیه و آله هیـچ گاه به خاطر خودش خشـمگین نمی شـد بلکه برای حق و آن جا که به مرزی از مرزهای الهی تجاوز می شد خشم می گرفت. علی علیه السـلام می فرماید: «پیامبر خدا صـلی الله علیه و آله هیچ گاه برای دنیا خشمگین نمی شد، و هرگاه برای حق خشم می گرفت دیگر کسـی او را نمی شـناخت و هیچ چیز جلو خشم او را نمی گرفت تا این که انتقام آن را می گرفت».(۲)

عوارض بدنی خشم

وقتی انسـان خشـمگین می شود تغییرات بسیاری در بـدن او پدیـد می آیـد که برخی از آن هـا درونی هسـتند و پاره ای دیگر بیرونی: در حالـت چهره، لحن صـدا، و عضـلات بـدن. قرآن کریم بسـیاری از این تغییرات بـدنی همراه بـا عـاطفه و هیجان را برشمرده است و نگارنده، پیش تر در کتاب قرآن و روان شناسی(۳) به آن ها پرداخته

است.

از مهم ترین تغییرات فیزیولوژیکی که با خشم و بسیاری از عواطف دیگر همراهند تند شدن ضـربان قلب، منقبض شدن عروق اعضای داخلی بدن و گشاد شدن رگ ها در سطح بدن و اندام ها که خود به افزایش جریان خون در عروق سطح بدن به ویژه اندامها و صورت می انجامد. به همین سبب چهره انسان در هنگام

خشم وعصبانیت به وضوح سرخ می شود.

پیامبر صلی الله علیه و آله این عوارض فیزیولوژیک را که هنگام خشم در قلب رخ می دهد بیان

۱- فتح/۲۶.

۲- تخریج زین الدین ابی الفضل العراقی لاحادیث احیاء علوم الدین للغزالی، ج۳، ص۱۷۱، پ۴.

۳- محمد عثمان نجاتی، قرآن و روان شناسی، ص۱۰۰ - ۱۰۵.

فرموده است. از ابوسعید خدری روایت شده است که پیامبر صلی الله علیه و آله فرمود:

«... بدانید که خشم اخگری است در قلب آدمیزاد. سرخ شدن چشمان او و برآمدن رگ های گردنش را [در هنگام خشم و عصبانیت] و... نمی بینید؟...(۱)

تأثیر خشم بر اندیشه و رفتار

در حالت خشم، و به طور کلی در همه حالات هیجان شدید، تفکر از کار می افتد، از همین رو، غالبا انسان از سخنان و اعمالی که هنگام خشم از او سر می زند پشیمان می شود. به همین سبب پیامبر صلی الله علیه و آله اصحاب خود را نصیحت می کرد که در حین خشم از صدور احکام مهمّ خودداری کنند. برای مثال، ابوبکر به پسرش عبداللّه که قاضی سجستان بود، نوشت :

«زمانی که خشمگین هستی میان دو نفر قضاوت مکن، زیرا من از رسول خدا صلی الله علیه و آله شنیدم که می فرماید: «هیچ یک از شما در حال خشم میان دو نفر داوری نکند».(۲)

به دلیل همین از کار افتادن تفکر درست در حین خشم و عصبانیت است که پیامبر صلی الله علیه و آله فرموده است هرگاه مرد در حال خشم شدید لفظ طلاق را به زبان آورد، طلاق واقع نمی شود. روایت شده است که پیامبر صلی الله علیه و آله فرمود:

«در حالت اغلاق، طلاق و آزاد کردن برده واقع نمی شود».(۳)

پیامبر خدا صلی الله علیه و آله تأثیر خشم بر تفکر را به «اغلاق» تعبیر کرده است. یعنی این که خشم و عصبانیت مغز را از درست اندیشیدن باز می دارد.

عاطفه و هیجان شدید حالتی از اضطراب حادّ است که در آن کارکردهای عقلی

۱- ناصف، ج۵، ص۲۹۸ – ۲۹۹.
۲- شیبانی، ج۴، ص۵۵.
۳- ونسنک، ج۴، ص۲۵. «اغلاق» عبارت است از خشم شدیدی که اندیشیدن را از کار می اندازد. [گفتنی است که در هیچ یک از کتب معتبر لغت و کتاب های فقهی و حدیثی این معنا برای کلمه «اغلاق» ذکر نشده بلکه همگی آن را به «اکراه» معنا کرده اند. یعنی طلاق و آزاد کردن برده ای که با اکراه و اجبار صورت گیرد صحیح نمی باشد – م].

مختلّ می شود و انسان قدرت درست اندیشیدن یا اتخاذ تصمیمات صحیح را از دست می دهد. این حالت تنها به خشم اختصاص ندارد بلکه خاصیت عمومی همه عاطفه های شدید است. برای مثال، عشق و محبت شدید نیز ممکن است تفکر درست را از کار بیندازد. پیامبر صلی الله علیه و آله در حدیثی که ابو درداء آن را روایت کرده، به این حقیقت اشاره کرده است. در این حدیث پیامبر صلی الله علیه و آله می فرماید:

«عشق به چیزی انسان را کور و کر می کند».(۱)

زمانی هم که تفکر انسان از کار باز ماند، در واقع، مهم ترین وظیفه اش را که وجه تمایز او از حیوان است از دست می دهد و در نتیجه، به راحتی دچار خطا می شود. از این رو، انسان در زمان خشم طعمه سهل الوصولی برای شیطان است و شیطان او را به ارتکاب خطاهای گفتاری و رفتاری بسیاری می کشاند که وقتی خشمش آرام گرفت و قدرت تفکر صحیح خود را باز یافت، از انجام آن ها پشیمان می شود. روایت شده است که یک بار عایشه از سر حسادت به پیامبر صلی الله علیه و آله عصبانی شد. پیامبر به او فرمود:

«شیطانت به سراغ تو آمد».(۲)

شاید معنای این سخن پیامبر صلی الله علیه و آله آن باشد که وقتی عایشه دچار حسادت وخشم شد شیطان به سراغش آمد تا او را تحت تأثیر قرار دهد؛ چرا که تفکر سالم او بر اثر هیجان پیش آمده از کار می افتد، شاید هم بدین معنا باشد که شیطان در او تأثیر گذاشته و کاری کرده است که دچار حسادت و خشم شود تا در حالت عاطفه و هیجان، راحت تر بتواند او را تحت تأثیر قرار دهد؛ چرا که شیطان از نقاط ضعف انسان در او نفوذ می کند، به ویژه زمانی که تحت تأثیر شهوت و هیجان قرار گرفته باشد.

۱- ناصف، ج۵، ص۸۴.

۲- شیبانی، ج۳، ص۲۴۶.

نفرت

نفرت ضد عشق و محبّت است. انسان چیزی را که برایش مفید است و خوشحالش می کند و سبب لذّت و برخورداری او می شود دوست می دارد، و از آنچه به او زیان می زند و ناراحتش می کند و موجب رنج و محرومیت او می شود بدش می آید. بنابراین؛ چیزهایی که خشم را بر می انگیزند، غالبا همان چیزهایی هستند که نفرت را بر می انگیزند.

رقابت میان مردم بر سر بسیاری از خواسته های دنیوی در بسیاری اوقات ممکن است به پیدایش کینه و نفرت میان آنان و بروز دشمنی و مشاجره و درگیری بینجامد که، خود، منجرّ به تضعیف وحدت و همبستگی جامعه می شود. پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله به این مطلب اشاره کرده فرموده است:

«درد امتهای پیشین، حسادت و کینه توزی... به شما سرایت کرده است».(۱)

پیش تر، در ضمن سخن از محبت گفتیم که دل مؤمن سرشار از محبت به مردم و حیوانات و همه آفریده های خداوند بزرگ است. در حقیقت، در دل مؤمن راستین جایی برای نفرت و کینه توزی به خاطر امور ناپایدار دنیوی وجود ندارد؛ بلکه مهر و کین مؤمن برای خداست.او از این که کسی به حقّی از حقوق خدا تعدّی کند متنفر است. از این که ببیند کسی به مردم ستم می کند یا در جامعه دست به تبهکاری می زند یا به ناحق خون می ریزد متنفر است. تنها در این گونه موارد است که مؤمن واقعی نفرت خود را اظهار می کند. بنابراین، همچنان که پیش تر در حدیث ابو امامه گفتیم، حبّ و بغض به خاطر خدا از نشانه های کمال ایمان است.

بغض به خاطر خدا، یعنی متنفر بودن از بدی در هر شکل آن، متنفر بودن از مردم آزاری، متنفر بودن از زیان زدن به منافع عمومی جامعه یا کشور یا همه بشریت.

غالب مردم مرگ را ناخوش می دارند. قرآن کریم به این نفرت انسان از مرگ

۱- تحزیج زین الدین ابی الفضل العراقی لاحادیث احیاءعلوم الدین للغزالی، ج۳، ص۱۸۷، پ۵.

اشاره کرده می فرماید:

«کُتِبَ عَلَیْکُمُ الْقِتَالُ وَهُوَ کُرْهٌ لَکُمْ...».(۱)

«بر شما جنگ نوشته شده است و آن ناخوشایند شماست...».

هم چنین می فرماید:

«قُلْ اِنَّ الْمَوْتَ الَّذی تَفِرُّونَ مِنْهُ فَاِنَّهُ مُلاَقیکُمْ...»(۲)

«بگو: مرگی که از آن می گریزید، به دیدارتان می آید...».

پیامبر صلی الله علیه و آله نیز به کراهت انسان از مرگ اشاره کرده است. آن حضرت در حدیثی قدسی که از پروردگار عزّوجل روایت می کند، فرموده است:

«من در هیچ کاری که کننده اش هستم، دو دل نشوم آن سان که در گرفتن جان بنده مؤمنم دو دل می شوم، او مرگ را ناخوش می دارد و من ناراحتی او را ناخوش می دارم».(۳)

از ابو هریره نیز روایت شده است که پیامبر خدا صلی الله علیه و آله فرمود:

«از ویرانگر لذّت ها و خوشی ها زیاد یاد کنید».(۴)

یعنی زیاد به یاد مرگ باشید؛ زیرا یاد مرگ انسان را می ترساند و به دنیا و خوشی های آن بی رغبت می گرداند و در مقابل، به کارهای نیک که در زندگی آخرت سود می رسانند ترغیب می کند.

حسادت

حسادت حالتی عاطفی است که در بیش تر مردم وجود دارد. حسادت دوگونه است: یکی این که فرد دوست ندارد دیگری را در نعمتی بالاتر از خود ببیند، لذا آرزو می کند خودش آن نعمت را به دست آورد و از دیگری زوال آید. این همان

۱- بقره/۲۱۶.

۲- مجمعه/۸.

۳- ناصف، ج۱، ص۳۳۸، ح۶.

۴- ناصف، ج۱، ص۳۳۸، ح۶.

حسادت مذموم است و در شرع نیز حرام و از آن نهی شده است. گونه دوم این است که فرد دوست ندارد شخصی را در نعمتی بالاتر از خود ببیند و آرزو می کند آن را به دست آورد اما زوال آن را از شخص دیگر آرزو نمی کند. این نوع حسادت را «غبطه» نیز می گویند. این حسادت همیشه و مطلقا مذموم نیست بلکه در کارهای خیر و امور نیک پسندیده است.

قرآن کریم درباره گونه اول حسادت می فرماید:

«اَمْ یَحْسُدُونَ النَّاسَ عَلی مَا اتیهُمُ اللّه مِنْ فَضْلِهِ فَقَدْ اتَیْنَا الَ اِبْرهیمَ الْکِتَابَ وَالْحِکْمَةَ وَ اتَیْنَاهُمْ مُلْکًا عَظیمًا».(۱)

«یا بر مردم برای آنچه خداوند از فضل خویش به آنان داده است حسادت می کنند. ما به خاندان ابراهیم کتاب و حکمت دادیم و آنان را سلطنت بزرگی بخشیدیم».

خداوند بزرگ یهود را به سبب حسادتشان نسبت به پیامبر صلی الله علیه و آله و مؤمنان نکوهش کرده است.علت این حسادت آن بود که خداوند با ارزانی داشتن نعمت اسلام به پیامبر و مؤمنان آن ها را بر یهود برتری بخشید. خداوند می فرماید:

«وَدَّ کَثیرٌ مِنْ اَهْلِ الْکِتَابِ لَوْ یَرُدُّونَکُمْ مِنْ بَعْدِ ایمَانِکُمْ کُفَّارًا حَسَدًا مِنْ عِنْدِ اَ نْفُسِهِمْ مِنْ بَعْدِ مَا تَبَیَّنَ لَهُمُ الْحَقُّ...».(۲)

«بسیاری از اهل کتاب خوش داشتند شما را، زان پس که گرویده اید، به کفر باز گردانند هم از حسادتی که در نزد خویش دارند، با آن که حق بر آنان آشکار شده است...»

علاقه اهل کتاب به این که مسلمانان از اسلام دست بردارند و به کفر بازگردند ناشی از حسادت بود، و این حسادت از آن روی بود که می دیدند خداوند با عطا کردن نعمت اسلام به مسلمانان آن ها را بر دیگران ممتاز گردانیده است. خداوند

۱- نساء/۵۴.

۲- بقره /۱۰۹.

بزرگ در سوره فلق به ما دستور می دهد که از این نوع حسادت مذموم به او پناه بریم»

«وَ مِنْ شَرِّ حَاسِدٍ اِذَا حَسَدَ».(۱)

«و از گزند حسود آن گاه که حسادت ورزد».

در بسیاری از احادیث پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله از این گونه حسادت نکوهیده یاد شده است، برای مثال، ابن عباس می گوید که پیامبر خدا صلی الله علیه و آله فرمود:

«نعمت های خدا دشمنانی دارند» عرض شد: آن دشمنان چه کسانی هستند؟ فرمود:

«کسانی که به آنچه خداوند از فضل خویش به مردم داده است حسادت می کنند».(۲)

در بسیاری دیگر از احادیث، رسول اکرم صلی الله علیه و آله این نوع حسادت را نکوهیده است، برای نمونه:

«حسادت خوبی ها را می خورد چنان که آتش هیزم را».(۳)

«زودا که درد و بیماری امت ها به امّت من نیز برسد». اصحاب عرض کردند: درد و بیماری امت ها چیست؟ فرمود: «غرور و سرمستی و فزونخواهی و رقابت بر سر دنیا و دور شدن از یکدیگر و حسد ورزیدن نسبت به هم تا آن که تجاوزگری سر بردارد و سپس هرج و مرج».(۴)

«بیماری امت های پیش از شما به شما سرایت کرده است: حسادت و کینه توزی...».(۵)

از نوع دوم حسادت نیز، یعنی حسادت پسندیده که در کارهای نیک است، در

۱- فلق/۵.

۲- تحزیج زین الدین ابی الفضل العراقی لأحادیث کتاب احیاء علوم الدین للغزالی، ج۳، ص۱۸۸، پ۳.

۳- تحزیج زین الدین ابی الفضل العراقی لأحادیث کتاب احیاء علوم الدین للغزالی، ج۳، ص۱۸۸، پ۱.

۴- تحزیج زین الدین ابی الفضل العراقی لأحادیث کتاب احیاء علوم الدین للغزالی، ج۳، ص۱۸۸، پ۷.

۵- تحزیج زین الدین ابی الفضل العراقی لأحادیث کتاب احیاء علوم الدین للغزالی، ج۳، ص ۱۸۷، پ۵.

قرآن کریم یاد شده است. قرآن مسلمانان را به رقابت و مسابقه در کارهایی که به نعمت بهشت می رسانند، فرا خوانده است و می فرماید:

«اِنَّ الْأَبْرارَ لَفی نَعیمٍ* عَلَی الْأَرائِکِ یَنْظُرُونَ * تَعْرِفُ فی وُجُوهِهِمْ نَضْرَهَ النَّعیمِ * یُسْقَوْنَ مِنْ رَحیقٍ مَخْتُومٍ * خِتَامُهُ مِسْکٌ وَ فی ذلِکَ فَلْیَتَنَافَسِ الْمُتَنَافِسُونَ».(۱)

«نیکان در نعمتند. بر تخت ها می نگرند. در چهره هایشان خرّمی ناز و نعمت را می بینی. از می مهر نهاده شان نوشانند. که مُهر آن از مُشک است و پیشی جویان باید که در آن پیشی جویند».

نیز می فرماید:

«سَابِقُوا اِلی مَغْفِرَهٍ مِنْ رَبِّکُمْ وَ جَنَّهٍ عَرْضُهَا کَعَرْضِ السَّمَاءِ وَ الْأَرْضِ اُعِدَّتْ لِلَّذینَ امَنُوا بِاص للّه ِ وَ رُسُلِهِ ذلِکَ فَضْلُ اللّه ِ یُؤْتیهِ مَنْ یَشَاءُ وَ اللّه ُ ذُو الْفَضْلِ الْعَظیمِ».(۲)

«به سوی آمرزشی از پروردگارتان پیشی گیرید و بهشتی که پهنایش چون پهنای آسمان و زمین است و برای کسانی آماده گشته است که به خدا و پیامبرانش گرویده اند. این بخشش خداست، به هر که خواهد دهد. خدا، خداوند بخششی است بزرگ».

درباره این نوع از حسد یا همان غبطه، پیامبر خدا صلی الله علیه و آله فرموده است:

«حسادت جز در دو مورد درست نیست: یکی به مردی که خداوند مالی به او داده و او را بر هزینه کردن آن در راه حق قدرت بخشیده است. دوم مردی که خداوند به او حکمت [و دانش] بخشید، و او با آن داوری می کند و آن را تعلیم می دهد».(۳)

و باز در همین باره فرموده است:

«حسادت جز در دو مورد نشاید: یکی به مردی که خداوند قرآن به او عطا کرده

۱- مطففین /۲۲ - ۲۶.

۲- حدید/۲۱.

۳- ناصف، ج۳، ص۵۷ - ۵۸.

و او در اوقات شب و روز به آن می پردازد، و دوم مردی که خداوند ثروتی به او بخشیده و او شب و روز آن را انفاق می کند».(۱)

روشن است که حسادت در این دو حدیث به معنای غبطه است. از این دو حدیث نتیجه می گیریم که مسلمان نباید به هیچ نعمتی که خداوند به کسی داده است غبطه خورد. بجز در دو مورد. یکی نسبت به کسی که خداوند ثروتی به او عطا کرده است و او آن ها را در راه خدا انفاق می کند؛ دوم نسبت به کسی که خداوند به او علم بخشیده است و او با آن میان مردم به قضاوت می پردازد و به علمش عمل می کند وآن را به دیگران نیز می آموزد - چنان که در حدیث اول آمده است - یا: کسی که خداوند به او قرآن داده و آن شخص در اوقات شب و روز به آن می پردازد - چنان که در حدیث دوم آمده است. به نظر من مقصود از حکمت و قرآن یک چیز است؛ چرا که قرآن، در واقع، اصل و خاستگاه حکمت است.

غیرت

غیرت عاطفه ای کدورت زاست و معمولاً وقتی پدید می آید که انسان احساس کند شخص دیگری در دستیابی به محبّت شخص خاصی که برای او محبوب و عزیز است با وی رقابت می کند. مثلاً، زن زمانی که احساس کند زن دیگری در جلب محبت شوهرش با او رقابت می کند معمولاً دچار غیرت [حسادت] می شود. یا کودک زمانی که احساس کند والدینش برادر او را بر وی ترجیح می دهند دستخوش غیرت [حسادت] می گردد.

عاطفه غیرت در بسیاری از مردم وجود دارد، و کوچک و بزرگ و زن و مرد هم نمی شناسد. روایت شده است که سعد بن عباده به رسول خدا صلی الله علیه و آله عرض کرد:

ای رسول خدا، اگر با همسرم مردی را دیدم به او مهلت دهم تا چهار تا گواه بیاورم؟

۱- نَوَوی، ج ۱، ص ۷۴۲، ح ۷/۹۹۷.

فرمود: «آری». سعد گفت: نه، سوگند به آن که تو را به حق برانگیخت اگر بتوانم، پیش از آن خودم با شمشیر کارش را تمام می کنم. پیامبر صلی الله علیه و آله فرمود: «بشنوید که بزرگتان چه می گوید. او غیرتمنداست، و من از او غیرتمندترم، و خدای متعال از من غیرتمندتر است».(۱)

غیرت خدای تعالی در این است که مؤمن آنچه را او حارم کرده است به جا آورد.

از پیامبر صلی الله علیه و آله روایت شده است که فرمود:

«خدا غیرتمند است و مؤمن غیرتمند. غیرت خدا به این است که مؤمن آنچه را خدا حرام کرده است به جا آورد».(۲)

عایشه به پیامبر صلی الله علیه و آله غیرت [حسادت] می ورزید. خود او می گوید که شبی پیامبر صلی الله علیه و آله از نزد وی خارج شد، غیرتی شدم که ممکن است نزد یکی دیگر از همسرانش رفته باشد. پیامبر آمد و دید من چه کار می کنم، فرمود:

«غیرتی شد؟» عرض کردم: چون منی چرا بر چون شمایی غیرت [حسادت] نورزد؟ پیامبر صلی الله علیه و آله فرمود: «شیطانت به سراغ تو آمده است...».(۳)

نیز از عایشه روایت شده است که گفت :

هیچ آشپزی مانند صفیه ندیدم. روزی پیامبر خدا صلی الله علیه و آله در خانه من بود و صفیه غذایی برای ایشان فرستاد. مرا [از حسادت] چنان لرزی گرفت که گویا از شدت سرما می لرزم و ظرف را شکستم و بعد پشیمان شدم و به پیامبر عرض کردم: ای رسول خدا، کفاره کاری که کردم چیست؟ فرمود: «ظرفی چون ظرف و غذایی مانند غذا(ی ریخته شده)».(۴)

گفتنی است که پاره ای از موارد غیرت پسندیده و مطلوب است، و پاره ای دیگر از موارد آن ناپسند و نکوهیده. غیرت نسبت به زن و خانواده، چنانچه توجیه

۱- شیبانی، ج۳، ص ۲۴۵.

۲- ناصف، ج۲، ص ۳۳۱.

۳- شیبانی، ج۳، ص۲۴۶.

۴- شیبانی، ج۳، ص۲۴۶.

واقعی برای آن وجود داشته باشند، امری پسندیده و مطلوب است، اما غیرت و حسادت به سبب رقابت و هم چشمی بر سر متاع بی ارزش دنیا، یا به سبب شکّ و بدبینی ها و وسوسه های بی پایه و بی وجه ناپسند است. از جابر بن عتیک روایت است که پیامبر صلی الله علیه و آله فرمود:

«غیرت دو گونه است، یک گونه آن را خدا دوست دارد و یک گونه آن را دشمن می دارد. غیرتی که خداوند عزّوجل دوستش دارد غیرت [حسادت] در ریبت است، وغیرت که خدا دشمنش می دارد، غیرت در غیر ریبت است».(۱)

حیا

حیا، حالتی عاطفی است که در آن انسان از انجام کاری که مذموم و زشت، یا از نظر دینی یا اخلاقی ناپذیرفته باشد احساس ترس و خجالت می کند، بنابراین، حیا صفت پسندیده ای است؛ چرا که فرد را از افتادن در خطا و گناه با انجام کارهای زشت و مستهجن، و ارتکاب گناه باز می دارد. کسی که شرم و حیا ندارد ممکن است دست به کارهای ناپسند بزند، یا مرتکب خطا و گناه شود بدون آن که به مردم یا هنجارهای اجتماعی و ارزشهای اخلاقی اهمیتی بدهد، و بدون آن که دچار سرزنش وجدان شود، در همین باره رسول خدا صلی الله علیه و آله می فرماید:

«از جمله سخنانی که از پیامبران نخستین به مردم رسیده این است که: هرگاه حیا نداشتی هر کار خواستی بکن».(۲)

پیامبر صلی الله علیه و آله صفت حیا را ستوده و آن را از صفات پسندیده ای به شمار آورده است که باید مؤمن بدان آراسته گردد، از ابن عمر روایت شده است که گفت :

پیامبر صلی الله علیه و آله بر مردی گذشت که برادرش را به خاطر حیا داشتن سرزنش می کرد و می گفت: تو آن قدر حیا داری که به تو صدمه می زند. پیامبر خدا صلی الله علیه و آله فرمود:

۱- ناصف، ج۴، ص ۳۷۱. «رَیبت»: یعنی در آن جا که شک و نشانه های شرّ و بدی وجود دارد.

۲- ناصف، ج۵، ص ۵۹.

«رهایش کن؛ حیا از ایمان است».(۱)

در روایتی دیگر آمده است که پیامبر صلی الله علیه و آله فرمود:

«ایمـان هفتـاد و چنـد - یـا شـصت و چنـد - شـاخه دارد که برترین آن ها قول لا اله الاّ اللّه است و کم ترینش برداشـتن مانع و گزند از راه. حیا نیز شاخه ای از ایمان است».(۲)

از عمران بن حُصین نیز روایت است که رسول خدا صلی الله علیه و آله فرمود:

«حیا جز خیر و خوبی نمی آورد». در روایت دیگری آمده است: «حیا، همه اش خوب است».(۳)

پیامبرخدا صلی الله علیه و آله خود، بسیار با حیا بود، ابو سعید خدری می گوید: «پیامبر خدا صلی الله علیه و آله از دختر پرده نشین هم با حیاتر بود، هرگاه چیزی را می دید که خوشش نمی آمد آن را از چهره اش می فهمیدیم».(۴)

یعنی حضرت چندان با شرم و حیا بود که چیزی نمی گفت اما از تغییر چهره اش می فهمیدیم که ناراحت شده است.

بنابراین، حیا حالتی عاطفی و از ویژگیهای اشخاصی است که دارای اخلاق فاضله هستند وتربیت سالم یافته اند. لذا از تقصیر و خطـا و گنـاه و بـدی و رذایـل نفرت دارنـد و اهـل ایمان و تقوا هسـتند، و پیوسـته در انجام کارهایی می کوشـند که مرضـیّ و محبوب خداوند باشد. پس، حیا از نشانه های کمال ایمان و تقواست. عبداللّه بن مسـعود از رسول خدا صلی الله علیه و آله نقل کرده است که فرمود:

«از خدا چنان که باید حیا کنید». عرض کردیم: ای رسول خدا، خدا را شکر، ما حیا می کنیم.

فرمود: «چنین نیست، بلکه حیای حقیقی از خداوند این است که سـر و آنچه در آن است و شکم و آنچه را در خود دارد حفظ کنی، و مردن و پوسیده شدن را یاد

۱- ناصف، ج۵، ص ۵۹.

۲- نَوَوی، ج۱، ص۵۶۲، ح۳/۶۸۳.

۳- نَوَوی، ج۱، ص۵۶۱، ح ۲/۶۸۲.

۴- نَوَوی، ج۱، ص۵۶۲، ح ۲/۶۸۴.

نمایی، و هر که خواهان آخرت است زیور دنیا را ترک گوید، پس هر کس چنین کند از خداوند چنان که باید حیا کرده است».(۱)

این حدیث نشان می دهد که حیا داشتن از خداوند متعال، آن گونه که صحابه فهمیدند، به معنای افسردگی و درخود فرو رفتن نیست بلکه عبارت از این است که انسان سر و چشم و گوش و زبان خود و همچنین شکم و شهوت بطن و فرج خویش را حفظ کند، و پیوسته به یاد مرگ و پوسیدن واز بین رفتن بدن باشد، و به زرق و برق دنیای فانی اعتنا نکند و برای نعمت زندگی جاویدان آخرت کار کند. اگر کسی چنین کرد به راستی از خداوند حیا کرده است.

تسلّط بر عواطف یا هیجانات

خداوند بزرگ یک رشته عاطفه های اساسی در وجود انسان و حیوان قرار داده است که وظیفه مهمی را در زندگی آن ها انجام می دهند؛ چرا که این عاطفه ها به انسان و حیوان در سازگاری برای حفظ ذات و بقای نوع کمک می کنند. برای مثال، عاطفه ترس - چنان که پیش تر گفتیم - به دور شدن از جایگاه های خطر، و نیز پیش بینی خطر پیش از وقوع آن و در نتیجه، بر گرفتن ابزارهای ضروری برای حفاظت از خود کمک می کند.عاطفه خشم به دفاع از خود در برابر آنچه او را به آزار و گزند و زیان و نابودی تهدید می کند، و هم چنین به چیره آمدن بر موانعی که از رسیدن به اهداف مهم در زندگی باز می دارد، کمک می رساند. عاطفه محبّت و عشق به جذب نر و ماده به سوی یکدیگر برای تناسل و بقای نوع کمک می کند.

عاطفه ها، اگر معتدل باشند و اگر به جا و در وقت مناسب برانگیخته شوند، برای انسان سودمندند، اما اگر شدید باشند و اگر نابجا، یعنی در مواقعی که واقعا اقتضای برانگیخته شدن ندارند، برانگیخته شوند، در این صورت زیانبار خواهند بود. مثلاً، ترس خفیف و معتدل از امتحانات دانش آموز را وا می دارد تا درس هایش را خوب

۱- ناصف، ج۵، ص۵۹ - ۶۰.

بخوانـد و خوب هم امتحـان دهـد، امـا چنـانچه ترس او از امتحـان شدیـد باشـد این ترس مـانع تمرکز دقیق او در مطالعه درس هایش، و نیز مانع عملکرد خوب او در امتحان می شود.

از این ها گذشـته، هیجان شدید با تغییرات بدنی فراوانی همراه است که تکرار آن ها ممکن است به بیماری های جسمی منجر شود. برای نمونه، در هنگام خشم شدید: سـرعت ضـربان قلب افزایش می یابد که این خود در برخی اشخاص، به سبب ترس و نگرانی از بیمـاری قلبی، بـاعث اضـطراب می شود، رگ هـای موجود در امعـاء و احشـاء منقبض و برعکس، رگ هـای سـطح خـارجی بـدن و دست هـا گشـاد می شونـد، و این، موجب جریان خون بیش تر در رگ ها می شود. به همین دلیل، در هنگام خشم چهره انسـان سـرخ می شود؛ فشـار خون بالا می رود، غـدد فوق کلیوی هورمون آدرتالین بیش تری در خون ترشـح می کنند واین هورمون بر کبد تأثیر می گذارد، در نتیجه، کبد مقدار بیش تری قند آزاد می سازد و این موجب بالا رفتن میزان قند خون و ابتلا به دیابت می شود. در هنگام هیجان، ترشـح شـیره معـده تا حد زیادی کاهش می یابد و یا گاه متوقف می شود، و در کـار هضم و حرکت روده هـا وقفه پدیـد می آیـد و این ممکن است سـبب ابتلا به تنش هـای دسـتگاه گـوارش ماننـد دیر گواری، یبوست مزاج، و زخم معـده شود. حملات مکرر هیجـان شدیـد به بروز بسـیاری از عوارض بیمـاری های جسـمی می انجامد.(۱)

از آن جا که هیجان شدید برای تندرستی زیان بار است، انسان باید بکوشد تا بر هیجان های خویش مسلّط شود.

اما بسـیاری از مردم در مواردی که پای هیچ گونه خطر واقعی در میان نیست، هیجان زده می شوند. برای مثال، شمار زیادی از مردم از چیزهایی که خطر واقعی برایشان ندارد می ترسند. مانند ترس از تاریکی یا از برخی حیوانات اهلی چون سگ و گربه، یا از اتاق های دربسته، یا سوار شدن به اتومبیل یا قطار یا کشتی، و ترس های

۱- محمد عثمانی نجاتی، علم النفس فی حیاتنا الیومیه، ص ۱۲۵ - ۱۲۷.

دیگر. بسیاری از مردم این ترس ها را از رهگذر یک رشته تجربه های پیشین شخصی می آموزند، تجربه هایی که در آن ها این چیزها و موقعیت ها با اتفاقات خاصّی که باعث ترس در افراد شده، پیوند خورده است.(۱) بعضی افراد از اضطراب که حالتی از ترس عمومی و نامشخص است، رنج می برند. اضطراب گاه به ترس های گوناگون منجر می شود، مانند توهمِ به وقوع پیوستن خطراتی خاصّ، یا ترس از بیماری، یا ترس از دست دادن عزیزی. چنین افرادی برای رهایی از این گونه اضطراب ها نیاز به روان درمانی دارند.

قرآن کریم کوشیده است مردم را به سمت تسلّط بر هیجان هایشان و حاکم شدن بر آن ها سوق دهد. از این رو، مردم را به نترسیدن از اموری که ترس از آن ها بی دلیل

و بیهوده است، مانند مرگ یا فقر، رهنمون شد است. قرآن کریم، هم چنین، مردم را به تسلّط بر بسیاری از هیجان های دیگر چون خشم وعشق و خود بزرگ بینی و اندوه و خوشی توصیه کرده است. نگارنده، قبلاً، در کتاب قرآن و روان شناسی(۲) به موضوع تسلّط بر هیجان ها پرداخته است.

پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله نیز مسلمانان را به تسلّط بر هیجان ها و به فرمان آوردن آن ها سفارش کرده است.

تسلّط بر هیجان خشم

رسول گرامی اسلام صلی الله علیه و آله مسلمانان را به چیره آمدن بر هیجان خشم توصیه فرموده است. روایت شده است که :

مردی به پیامبر صلی الله علیه و آله عرض کرد: مرا سفارشی فرما. حضرت فرمود: خشمگین مشو».

مرد سخن خود را چند بار تکرار کرد و هر بار پیامبر صلی الله علیه و آله فرمود: «خشمگین

۱- محمد عثمان نجاتی، علم النفس فی حیاتنا الیومیه، ص ۱۱۲ - ۱۱۴.

۲- محمد عثمان نجاتی، قرآن و روان شناسی، ص۶۶ - ۱۱۴.

مشو».(۱)

در روایت دیگری آمده است که عبداللّه بن عمرو از رسول خدا صلی الله علیه و آله پرسید:

چه چیز مرا از خشم خدا نجات می دهد؟ فرمود: خشمگین مشو».(۲)

این دو حدیث اهمیت تسلّط بر خشم در زندگی مؤمن را نشان می دهند؛ چه، پیامبر صلی الله علیه و آله هنگامی که مردی از آن حضرت می خواهد او را نصیحتی کند، بیش از یک کلمه به او نمی گوید: «خشمگین مشو»، و وقتی سؤالش را سه بار تکرار می کند، حضرت هر بار همان پاسخ را می دهد: «خشمگین مشو». در حدیث دوم، پیامبر صلی الله علیه و آله می فرماید که به فرمان آوردن خشم، مؤمن را از خشم خدا می رهاند. از این مطلب می توانیم به ارزش بسیار زیاد مجاهدت با نفس در چیره آمدن بر خشم پی ببریم. کسی که بتواند در این جهاد پیروز شود و هنگام خشم خویشتن دار باشد در هنگام مواجه شدن با خواهش ها و هوس های نفس و فریب ها و لذّت های دنیا خود را کنترل کند. افزون بر این ها، تسلّط بر خشم به بهبود روابط میان مردم و انتشار صلح و

محبت و دوستی میان آنان می انجامد.

پیامبر صلی الله علیه و آله غالبا اصحاب خود را به حاکم شدن بر نیروی خشم ترغیب می فرمود. برای مثال، عبداللّه بن مسعود روایت کرده است که پیامبر صلی الله علیه و آله به اصحابش فرمود:

«شما پهلوانی را در چه می دانید؟» عرض کردند:پهلوان کسی است که مردان نتوانند پشت او را به خاک رسانند. فرمود: «نه؛ پهلوان کسی است که در هنگام خشم خویشتن دار باشد»(۳)

در این حدیث، پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله معنای جدیدی از قدرت را به مسلمانان می آموزد، یک معنای اخلاقی والا و متفاوت با آن معنایی که در میان عرب های جاهلی رواج داشت. نیرومندی به زور بازو و خاک کردن حریفان و زدن آنان نیست،

۱- نَوَوی، ج۱، ص۵۳۳، ح ۸/۶۳۹؛ شیبانی ج۳، ص۲۴۷.

۲- تحزیج زین الدین ابی الفضل العراقی، همان، ج۳، ص۱۶۵، پ۳.

۳- شیبانی، ج ۳،ص ۲۴۶.

بلکه نیرومندی، مبارزه با نفس و چیره آمدن بر هیجان خشم و گذشت کردن از دیگران با وجود توانایی بر اعمال خشم است.

پیامبر صلی الله علیه و آله اصحاب خود را به چیره آمدن بر خشم تشویق می کرد و به کسی که بر این کار توانا بود وعده پاداشی بزرگ اخروی می داد. از معاذ بن انس روایت شده است که پیامبر صلی الله علیه و آله فرمود:

«هر کس خشم خویش را فرو خورد در حالی که می تواند آن را عملی سازد خداوند متعال در روز قیامت او را صدا می زند تا از حورالعین آنچه می خواهد برگزیند(۱)».

پیامبر صلی الله علیه و آله یاران خود را به عفو و بخشش نسبت به خدمتکاران و غلامانشان، و کتک نزدن و آزار نرساندن به آنان توصیه می فرمود: ابو مسعود بدری می گوید:

غلام خود را با تازیانه می زدم که ناگاه صدایی از پشت سرم شنیدم که می گفت:

بدان ای ابامسعود. امّا من از شدت خشم اعتنا نکردم. نزدیک که شد دیدم رسول خداست و می فرماید: «بدان ای ابا مسعود، بدان ای ابا مسعود. تازیانه را از دستم انداختم. فرمود: بدان ای ابا مسعود که قدرت خدا بر تو بیش تر از قدرت تو بر این غلام است. ابو مسعود گفت: گفتم: از این پس هرگز غلامی را نخواهم زد.(۲)

پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله در تسلّط بر هیجان خشم برای یارانش نمونه بود. چنانچه کسی به ایشان بد می کرد عصبانی نمی شد، بلکه با خوشرویی و گذشت و احسان با او برخورد می کرد. از انس روایت شده است که گفت:

با پیامبر خدا صلی الله علیه و آله می رفتم و آن حضرت ردایی نجرانی با حاشیه درشت به تن داشت. عربی بادیه نشین از راه رسید و ردای ایشان را چنان محکم کشید که دیدم روی شانه پیامبر رد انداخت، سپس گفت: ای محمد! دستور بده از مال خدا که نزد توست به من دهند. حضرت به طرف او برگشت و خندید و سپس فرمود تا به او

ص:۱۱۴

۱- نَوَوی، ج ۱، ص ۷۹.
۲- شیبانی، ج ۳، ص ۱۸۳.

بدهند(۱)».

هم چنین روایت شده است که:

«...پیامبر صلی الله علیه و آله هرگز برای خود انتقام نمی گرفت مگر آن که حرمت خدا پایمال می شد که در این صورت برای خدا انتقام می گرفت(۲)

پیامبر صلی الله علیه و آله به یاران خود آموخت که چگونه بر خشم خویش چیره آیند و آنان را به شیوه های سودمند در این راستا راهنمایی می فرمود که این خود نشان می دهد آن حضرت از خردمندی فوق العاده و شناخت دقیقی نسبت به طبیعت انسان برخوردار بوده است. معروف است که هیجان، افزون بر تغییرات فیزیولوژیکی پیش گفته، حالتی از تنش عمومی عضلانی و عصبی در بدن ایجاد می کند. از همین رو، بسیاری اوقات انسان در حالت خشم، با دست یا زبانش، به دیگران تعدّی می کند. یکی از راه های مفید برای چیره آمدن بر هیجان خشم ایجاد حالت آرامش (Relaxation) در بدن، برای رهایی از تنش جسمی است. هر گاه حالت آرامش حاکم شود خروش خشم از بین می رود. پیامبر صلی الله علیه و آله به یارانش توصیه می کرد که هرگاه خشمگین شدند اگر ایستاده اند بنشینند، و اگر خشم برطرف نشد، دراز بکشند. آن حضرت با این توصیه در واقع به همین حالت اشاره فرموده است. از ابوذر روایت شده است که پیامبر صلی الله علیه و آله فرمود:

«هرگاه یکی از شما خشمگین شد و ایستاده بود بنشیند، و اگر خشمش برطرف نشد دراز بکشد.(۳)»

نشستن یا دراز کشیدن در حالت خشم به آرامش بدن می انجامد و آرامش بدن به مقاومت در برابر تنش ناشی از خشم کمک می کند و این هم در نهایت به کاستن تدریجی تندی هیجان خشم و سرانجام، رهایی از آن منجرّ می شود.نشستن و دراز

۱- نَوَوی، ج ۱، ص ۵۳۷، ح ۳/۶۴۵.

۲- شیبانی، ج ۴، ص ۲۲۶.

۳- ابوداود، ج ۲، ص ۲۴۹، ح ۴۷۸۳؛ احمد، ج ۵، ص ۱۵۲.

کشیدن، هم چنین تمایل انسان به پرخاشگری را از بین می برد و کمک می کند که شخص با موقعیت برانگیزنده خشم با آرامی و خردمندی، و نه بی پروایی و شتابزدگی، برخورد کند.

وضو گرفتن نیز یکی دیگر از راه هایی است که رسول خدا صلی الله علیه و آله یارانش را برای

چیره آمدن بر خشم، به آن توصیه می کرد. از عروه بن محمد بن سعدی روایت شده است که پیامبر صلی الله علیه و آله فرمود:

«خشم از شیطان است، و شیطان از آتش آفریده شده است، و آتش با آب خاموش می شود، پس هر گاه یکی از شما خشمگین شد وضو بگیرد(۱)».

این حدیث به یک واقعیت شناخته شده طبّی اشاره دارد و آن این است که آب خنک جوشش خون را که از هیجان ناشی می شود فرو می نشاند، و هم چنین به کاستن حالت تنش عضلانی و عصبی کمک می کند. به همین دلیل، در گذشته از استحمام برای درمان روانی استفاده می شد.

یکی دیگر از عواملی که به رهیدن از هیجان خشم کمک می کند تغییر حالت روانی انسان و متوجه کردن ذهن به چیزهای دیگری است که او را از آنچه خشم را برانگیخته است دور می کند. این باعث می شود که انسان مشغول امور دیگر شود و از فکر کردن به آنچه خشم او را برانگیخته است فاصله بگیرد.

یکی دیگر از عواملی که به رهیدن از هیجان کمک می کند پرداختن به یک فعالیت سخت بدنی برای از بین بردن انرژی بدنی و تنش عضلانی ناشی از هیجان است. پیامبر صلی الله علیه و آله از این دو وسیله برای چیره آمدن بر هیجان و تنشِ برخاسته از آن در میان اصحابش استفاده کرد. داستان چنین است که وقتی یاران رسول خدا صلی الله علیه و آلهاز جنگ بنی مصطلق باز می گشتند شنیدند که عبداللّه بن ابی بن سلول گفته است: «هرگاه به مدینه بازگردیم زبردستان زیردستان را از آن جا برانند...» چون این سخن به رسول خدا صلی الله علیه و آله و یارانش رسید خشم شدیدی در میان یاران پیامبر خدا صلی الله علیه و آله

۱- ابوداود، ج ۴، ص ۲۴۹، ح ۴۷۸۴.

برانگیخت. پیامبر صلی الله علیه و آله دستور داد صبح زود، در زمانی که معمولاً در آن وقت کوچ نمی کرد، حرکت کنند، و دو روز پیاپی آن ها را راه برد تا جایی که همگی خسته و مانده شدند و بدین ترتیب از اندیشیدن به گفته عبداللّه بن اُبی بازماندند، و چون یارانش را فرود آورد لحظاتی بعد همه آن ها از شدّت خستگی خوابیدند.

آری، پیامبر صلی الله علیه و آله با این شیوه ها هیجان خشم را به نحو کارآمدی درمان کرد و نشان داد که از رفتار انسان و روش های درست و مؤثر در اصلاح این رفتار و درمان آن شناخت دقیقی دارد. توصیه پیامبر خدا صلی الله علیه و آله به یارانش برای چیره آمدن بر هیجان خشم، و به کارگیری بسیار خردمندانه پاره ای روش های کارآمد در تسلّط بر آن، به علاوه رفتار خود حضرت در مهار کردن هیجان خشم در بسیاری از مواردی که معمولاً خشم مردم را بر می انگیزند، و ارائه نمونه واقعی قابل پیروی برای تسلّط بر هیجان خشم، همگی چیره آمدن بر خشم و مهارکردن آن را به صحابه آموخت، و این تأثیر بزرگی در شخصیّت آنان داشت ؛ چرا که آموختن تسلّط بر هیجان خشم اراده انسان را در تسلّط بر همه هوس ها و خواهش های نفس تقویت می کند و، در نهایت، انسان را توانا می سازد که اختیاردار و آقای خود باشد نه بنده و اسیر هیجان ها و هوس ها و شهوت هایش.

چیره آمدن بر نفرت و کین

رسول خدا صلی الله علیه و آله مسلمانان را به محبت و مودّت نسبت به یکدیگر سفارش می فرمود و از تنفّر و دشمنی و کینه وری نهی می کرد. از ابوایّوب روایت شده است که پیامبر خدا صلی الله علیه و آله فرمود:

«بر مسلمان روا نیست که بیش از سه شب با برادرش قهر کند: به هم برسند و از یکدیگر روی بگردانند. بهترین آن دو کسی است که آغاز به سلام کند.»

در این حدیث مسلمان از خصومت و نفرت و قهر کردن نهی شده است. این که پیامبر صلی الله علیه و آله فرموده بیش از سه روز مسلمان حق ندارد به خصومت و نفرتش از برادر

ص:۱۱۷

مسلمان خود ادامه دهد حکمتش آن است که این مدت برای برطرف شدن هیجان خشم و نفرت، و بازیافت تفکر سالم، و از یاد رفتن قهرها و کینه ها کافی است. پیامبر صلی الله علیه و آله به کسی که بیش از سه روز به قهر کردن با برادر مسلمانش ادامه دهد وعده کیفر شدید اخروی داده فرموده است:

«بر مسلمان روا نیست که بیش از سه روز با برادرش قهر کند، و هر کس بیش از این قهر کند و در این حال بمیرد به دوزخ درآید(۱)».

چیره آمدن بر حسادت

پیامبر خدا صلی الله علیه و آله از حسادت بر حذر داشته و از آن نهی کرده است. در حدیثی که پیش تر، در هنگام سخن از هیجان حسد، آوردیم ملاحظه کردیم که آن حضرت مسلمانان را از حسادت بر حذر می دارد و می فرماید همان گونه که آتش هیزم را خاکستر می کند حسادت نیز کارهای نیک را از بین می برد(۲)از اَنَس نیز روایت شده است که رسول خدا صلی الله علیه و آله فرمود:

«نسبت به هم بغض و حسادت نورزید، و به یکدیگر پشت نکنید، و ای بندگان خدا، با هم برادر باشید...(۳)».

چیره آمدن بر کِبر

کِبر یعنی خود را برتر از دیگران دیدن و آنان را خرد و حقیر شمردن. کبر یا خودبرتربینی حالت هیجانی و ناپسند و صفت مذموم اخلاقی است، و قرآن کریم آن را مذمت کرده است. خداوند متعال می فرماید:

۱- ابوداود، ج ۴، ص ۲۷۹، ح ۴۹۱۴.

۲- متن حدیث را در ص ۱۱۱ ببینید.

۳- ابوداود، الادب، ج ۴، ص ۲۷۸، ح ۴۹۱۰، نیز ر.ك: بخاری، مسلم، مالك، ترمذی، ابن ماجه، احمد ونسنك، ج ۱، ص ۴۶۵.

«تِلْکَ الدَّارُ الْآخِرَهُ نَجْعَلُهَا لِلَّذینَ لَا یُریدُونَ عُلُوًّا فِی الْأرْضِ وَلَا فَسَادًا وَ الْعَاقِبَهُ لِلْمُتَّقینَ».(۱)

«آن سرای واپسین را برای کسانی قرار می دهیم که در زمین خواهان برتری و تباهی نیستند و آینده از آن پرهیزگاران است».

پیامبر صلی الله علیه و آله نیز تکبر را نکوهیده و از آن نهی کرده است و متکبران را به کیفری سخت بیم داده است. از ابن مسعود روایت شده است که رسول خدا صلی الله علیه و آله فرمود:

«کسی که در دلش ذرّه ای تکبّر باشد وارد بهشت نمی شود». مردی عرض کرد: انسان دوست دارد که جامه اش زیبا و چاروقش زیبا باشد. حضرت فرمود: «خداوند بزرگ زیباست و زیبایی را دوست دارد، اما تکبر نپذیرفتن حق و حقیر شمردن مردم است(۲).»

در این حدیث پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله به کسی که از سر تکبر حقّ را نپذیرد و آن را ردّ کند، و خود را از مردم برتر و بزرگ تر بداند و آنان را حقیر بشمارد، وعده محرومیّت از ورود به بهشت داده است. در روایتی دیگر، آن حضرت به نقل از خداوند عزّوجل می فرماید:

«خداوند بزرگ فرمود: کبریاء ردای من است و عزّت اِزارم، پس هر که بر سر این دو با من کشمکش کند او را عذاب کنم(۳)».

از عمرو بن شعیب از پدرش از جدش روایت شده است که پیامبر صلی الله علیه و آله فرمود:

«متکبران در روز قیامت چون مورچه محشور می شوند و خواری و زبونی از هر سو آنان را فرا می گیرد به زندانی در جهنم، به نام بولس، برده می شوند و آتش آتش ها او را در میان می گیرد، از شیره دوزخیان، چرکابه شان، به آنان می نوشانند(۴)».

ثوبان نیز از پیامبر صلی الله علیه و آله روایت کرده است که فرمود:

«هر کس بمیرد و از سه چیز: تکبر و خیانت و بدهکاری مبرّا باشد به بهشت

۱- قصص /۸۳.

۲- شیبانی، ج ۴، ص ۱۵۰؛ نَوَوی، ج ۲، ص ۱۰۸۳، ح ۲/۱۵۷۷.

۳- شیبانی، ج ۴، ص ۱۵.

۴- شیبانی، ج ۴، ص ۱۵۱.

رود(۱)».

از این احادیث روشن می شود که تکبّر صفت مذمومی است و پیامبر صلی الله علیه و آله از آن نهی کرده و رفتار خود آن حضرت نیز از تکبّر کاملاً ـ به دور بوده است. صحابه نیز به ایشان اقتدا کردند و لذا از همه مردم متواضع تر و از تکبر و فخرفروشی دورتر بودند و در رفتارشان از فرمان خداوند متعال و پیامبر او پیروی می کردند. پیامبر صلی الله علیه و آله فرموده است:

«خداوند به من وحی فرمود که: فروتن باشید تا به یکدیگر زورگویی و فخر فروشی نکنید».(۲)

چیره آمدن بر غرور و خودپسندی

قرآن کریم غرور و خودپسندی را نکوهش کرده است. خداوند بزرگ می فرماید:

«و از مردم [به نخوت] رخ بر متاب، و در زمین خرامان راه مرو که خداوند خودپسند لافزن را دوست نمی دارد».(۳)

پیامبر صلی الله علیه و آله نیز غرور و خودپسندی را مذمّت کرده است. برای نمونه، می فرماید:

«مردی جامه ای فاخر پوشیده و سرش را شانه زده بود و با تبختر راه می رفت که ناگهان زمین او را بلعید و تا روز قیامت همچنان در آن فرو می رود...(۴)

نیز می فرماید:

«هر کس دامن کشان و با تکبّر راه رود خداوند در روز قیامت به او نمی نگرد...».(۵)

از این دو حدیث و مانند آن ها روشن می شود که پیامبر صلی الله علیه و آله یاران خود را به تسلّط بر هیجان غرور و خودپسندی فرا می خوانده و با ترساندن آنان از عذاب در زندگی

۱- شیبانی، ج ۴، ص ۳۰۶.
۲- نَوَوی، ج۲، ص۱۰۹۲، ح ۱۵۹/۱.
۳- لقمان /۱۸.
۴- شیبانی، ج۴، ص۱۵۲.
۵- نَوَوی، ج۱، ص ۶۳۰، ح ۲/۷۹۱.

آخرت، به این کار ترغیبشان می کرده است.

تسلّط بر اندوه

غم و اندوه یکی از هیجان های آزار دهنده است که انسان، در هنگام از دست دادن عزیزی یا چیز مهم و با ارزشی گرفتار آن می شود و در او احساس رنجش و فشار پدید می آید، و بنابراین، انسان از آن می گریزد و این هیجان را دوست ندارد. پیامبر صلی الله علیه و آله در دعای معروفش از این هیجان به خداوند پناه برده است:

«بار خدایا، از نگرانی و اندوه به تو پناه می برم...».(۱)

پیامبر صلی الله علیه و آله از مسلمانان دعوت می کرد که در هنگام وارد آمدن مصیبت از دست دادن عزیزی به آنان یا هر مصیبت دیگری از مصائب دنیا بر غم واندوه خود مسلّط باشند. اسامه بن زید می گوید: یکی از دختران پیامبر صلی الله علیه و آله به حضرت پیغام فرستاد که کودکش در حال مرگ است و از ایشان خواست که نزد او برود. پیامبر صلی الله علیه و آله به او فرمود:

«نزد او برگرد و بگو که آنچه خداوند متعال بگیرد یا بدهد متعلق به خود اوست، و هر چیزی در نزد او عمر معینی دارد. و به او بگو که شکیبا باشد و اجرش را از خدا بخواهد».(۲)

از ابو موسی نیز روایت شده است که رسول خدا صلی الله علیه و آله فرمود:

«هرگاه فرزند کسی بمیرد، خداوند متعال [به فرشتگان] فرماید: فرزند بنده ام را گرفتید؟ گویند: آری. فرماید: میوه دل او را گرفتید؟ گویند: آری. فرماید: بنده ام چه

گفت؟ گویند: تو را حمد گفت و استرجاع کرد. خداوند متعال فرماید: برای بندام خانه ای در بهشت بسازید و نامش را خانه حمد گذارید».(۳)

۱- ونسنک، ج ۱، ص ۴۶۱.
۲- نَوَوی، ج ۱، ص۶۹۸، ح۵/۹۲۴.
۳- نَوَوی، ج ۱، ص۶۹۷، ح ۳/۹۲۲.

از اُمّ سَلَمه نیز روایت شده است که شنید پیامبر خدا صلی الله علیه و آله می فرماید:

«هیچ بنده ای نیست که مصیبتی به او رسد و بگوید: انّا للّه و انّا الیه راجعون، بار خدایا مرا در ازای این مصیبتم مزد عطا کن و بهتر از آن را به من عوض ده، مگر آن که خداوند متعال او را در این مصیبتش مزد عطا کند و بهتر از آن عوضش دهد...».(۱)

مقصود از تسلّط بر غم و اندوه این نیست که انسان در مرگ شخصی عزیز و مورد علاقه اش گریه نکند یا قلبا اندوهگین نشود؛ چرا که گریستن و احساس اندوه در چنین مواقعی امری طبیعی و مجاز است و هیچ ممنوعیتی ندارد، مقصود از تسلّط بر اندوه خودداری از شیون و فریاد کردن و بر سر و سینه زدن است. روایت شده است که رسول خدا صلی الله علیه و آله به عیادت سعد بن عباد رفت و عبدالرحمن بن عوف و سعد بن ابی وقاص و عبداللّه بن مسعود نیز آن حضرت را همراهی می کردند. پیامبر صلی الله علیه و آله گریه اش گرفت، و حاضران با دیدن گریه رسول خدا صلی الله علیه و آله گریستند، حضرت فرمود:

«گوش کنید، خداوند برای اشک چشم و یا اندوه دل عذاب نمی کند بلکه برای این عذاب می کند یا رحم می آورده» و به زبانش اشاره فرمود.(۲)

انس می گوید که پیامبر خدا صلی الله علیه و آله به فرزندش ابراهیم که در حال جان دادن بود وارد شد. اشک از چشمانش سرازیر گشت. عبدالرحمن بن عوف گفت: شما هم ای رسول خدا؟

حضرت فرمود:

«ای پسر عوف!گریه رحمت است» سپس افزود: «چشم اشک می ریزد و دل اندوهگین می شود اما جز آنچه پروردگارمان بپسندد چیزی نمی گوییم. ما در فراق تو اندوهناکیم ای ابراهیم».(۳)

ص:۱۲۲

۱- نَوَوی، ج ۱، ص ۶۹۷، ح ۲/۹۲۱.
۲- نَوَوی، ج ۱، ص ۶۹۹، ح ۱/۹۲۵.
۳- نَوَوی، ج ۱، ص ۷۰۰، ح ۳/۹۲۷.

فصل سوم: ادارک حسّی در حدیث

اشاره

خداونـد بزرگ حواس گونـاگونی را، برای ادراک اشـیای جهـان بیرون، در اختیـار انسـان و حیوان نهاده است تا بتواننـد برای زنـدگی و بقـا بـا محیط خود سازگار شونـد. اما ادراک حسّـِی ما، گاهی اوقات، دقیق نیست، و پاره ای عوامل بیرونی یا برخی عوامـل روانی و درونی در آن تـأثیر می گـذارد و این، خود، موجب خطـا یا تحریف در ادراک حسّـِی ما می شود. برای مثال، گرسـنگی - آن گونه که برخی مطالعـات تجربی نشـان داده است - بـاعث می شود که افراد تصاویر درهم را چیزی شبیه غـذا ادراک کننـد، یا غـذا را در حجمی بزرگ تر از حجم طبیعی اش ادراک کنند. در یک مطالعه تجربی به دو گروه کودک، که یک گروه از کودکان فقیر تشـکیل شده بود و گروه دیگر از کودکان ثروتمند، مقداری سکّه دادند و سپس از آن ها خواستند که سکه ها را از بر نقاشی کنند. در این تحقیق کودکان فقیر اندازه پول ها را در حدّ چشمگیری بزرگ تر از اندازه ای برآورد کردند که کودکان ثروتمند ارزیابی کرده بودند.(۱)

هیجـان هـا یا عواطف ما نیز در ادراک حسّـِی ما تأثیر می گذارنـد. برای مثال، کودک ترسو، پاره ای چیزها را در اتاق تاریک خود بصورت آدم یا اشباح می بیند. یا علاقه

۱- محمد عثمان نجاتی، علم النفس فی حیاتنا الیومیه۲ ص۲۴۰ - ۲۴۱.

ما به یک نفر موجب می شود که از ادراک معایب او غافل شویم و توجه خود را در ادراک محاسن متمرکز کنیم، یا: نفرت ما از یک شخص باعث می شود که بدی های او را ادراک نماییم و از ادراک خوبی هایش غافل بمانیم. پیامبر بزرگ اسلام به خطاها و تحریفی که انگیزه ها و هیجان ها در ادراک حسی و در تفکر ما ایجاد می کنند اشاره کرده است. از انس روایت شده که رسول خدا صلی الله علیه و آله فرمود:

«دنیا دوستی اساس هر خطا و گناهی است، و عشق و علاقه ات به چیزی تو را کور و کر می سازد».(۱)

این حدیث اشاره به این دارد که هواهای نفس و امیال و خواست های آن تفکر درست را از کار می اندازد و ادراک حسّی را دچار خطا می کند، و علاقه مفرط به اشخاص یا اشیاء چشم و گوش را کور و کر می سازد و حواس و تفکر ما را از ادراک صحیح حقیقت باز می دارد.

ادراک فرا حسّی

ادراک حسّی از طریق تأثیر نهادن محرکهای حسّی در حواس گوناگون ما صورت می پذیرد اما گاهی اوقات ملاحظه می کنیم که بعضی مردم می توانند چیزهایی را ادراک کنند که بیرون از حوزه تأثیر مستقیم در حواس آنان قرار دارند، برای مثال در مکانی بسیار دور هستند به طوری که نمی توانند در حواس آن ها به طور مستقیم تأثیر بگذارند. به این پدیده «ادراک فراحسّی» (Extrasensory Perception) می گویند. این پدیده در میان روان شناسان جدید به موضوع بحث انگیزی تبدیل شده است. برخی از آنان در امکان بروز چنین پدیده ای تردید کرده و آن را منکر شده اند. برخی دیگر آن را امکان پذیر می دانند و بدان اعتراف می کنند. عده ای از روان شناسان جدید، به منظور اطمینان از صحت و سقم این پدیده، سعی کرده اند آن را تحت آزمون تجربی قرار دهند، اما نتایج به دست آمده قطعی نبود، اول به دلیل نقدی که

۱- شیبانی، ج۲، ص ۱۱۰.

متوجه روش به کار رفته در این تجربه ها شد، دوم به دلیل عدم امکان رسیدن به تفسیری که مورد پذیرش عموم روان شناسان باشد. برای رسیدن به تفسیری قانع کننده و قابل قبول از طرف همگان، این پدیده همچنان نیاز به تحقیق بیش تر دارد.(۱)

ما در قرآن کریم و احادیث شریف پیامبر صلی الله علیه و آله دلایلی می یابیم که رخ دادن این پدیده را ثابت می کند. و در پاره ای احادیث هم در خصوص تفسیر آن اشاراتی می یابیم.

در قرآن کریم مطالبی آمده است که دلالت بر وقوع ادراک فرا حسّی دارند. در سوره یوسف می خوانیم که حضرت یعقوب بوی پسرش یوسف را از مسافتی دور که پیمودن آن با شتر چند روز وقت می برد، استشمام کرد، یعنی زمانی که کاروانِ حامل پیراهن یوسف علیه السلام از سرزمین مصر به سوی شهر محل اقامت یعقوب علیه السلام حرکت کرد. خداوند بزرگ می فرماید:

«وَ لَمَّا فَصَلَتِ الْعیرُ قَالَ اَبُوهُمْ اِنّی لَاَجِدُ ریحَ یُوسُفَ لَوْلَا اَنْ تُفَنِّدُون».(۲)

«و چون کاروان رهسپار شد، پدرشان گفت: اگر مرا به کم خردی نسبت ندهید، بوی یوسف را حسّ می کنم».

در احادیث پیامبر صلی الله علیه و آله نیز دلایلی می یابیم که وقوع پدیده ادراک فرا حسّی را ثابت می کنند. برای مثال، آن حضرت می فرمود که اصحابش را از پشت سرش می بیند، و این یک امر غیر عادی است.

اَنَس می گوید: روزی رسول خدا صلی الله علیه و آله پس از آن که نمازش را با ما تمام کرد، فرمود:

«ای مردم، من امام [جماعت] شما هستم. پس در رکوع و سجده و قیام و تمام

۱- ۱. Sanford, F.H. and Wrightsman, L.S.Jr. Psychology: A Scientific study of Man, ۳rd ed., Belmont, california, Brooks cole publishing Co., ۱۹۷۰, pp.۳۲۷-۳۲۹; Houston, J.P., Bee, H., Halfield, E. and Rimm, D.C. Invitation to psychology. New York: The Academic Press,Inc, ۱۹۷۹ pp. ۱۲۸.۱۳۴.

۲- یوسف /۹۴، بحث ما پیرامون ادراک فراحسّی را در کتاب القرآن وعلم النفس، ص ۱۲۱ - ۱۲۴، ببینید.

کردن نماز از من پیشی نگیرید؛ من شما را از پیش رو و از پشت سرهم می بینم...».(۱)

در روایت دیگری از اَنَس آمده است که گفت: نماز اقامه شد و رسول خدا صلی الله علیه و آلهرو به ما کرد و فرمود:

«صفوفتان را راست و منظّم کنید؛ زیرا که من از پشت سرم شما را می بینم».(۲)

دیدن اشیایی که پشت سر انسان قرار دارند نوعی ادراک فرا حسّی است؛ چرا که چشم از اشیای واقع در پشت سر متأثر نمی شوند.

پیامبر صلی الله علیه و آله هم چنین، اشیای موجود در مکان های بسیار دور را دیده است. از ثوبان نقل شده است که رسول خدا صلی الله علیه و آله فرمود:

«خداوند زمین را برای من جمع و فشرده کرد و من مشرق ها و مغرب های آن را دیدم، و امّت من حکومتش به آنچه از زمین بر من نمایان گشت خواهد رسید...».(۳)

قسمت اول این حدیث نشانگر آن است که پیامبر خدا صلی الله علیه و آله نقاط شرق وغرب

زمین را از فاصله دور دیده است، و چون نقاط شرقی و غربی زمین پراکنده و دور بوده، خداوند متعال زمین را جمع و فشرده، ساخته تا حضرت بتواند در فاصله زمانی محدودی آن ها را ببیند. قسمت دوم حدیث نیز اشاره به آگاهی پیامبر صلی الله علیه و آله از حوادث آینده دارد، و این وحی یا الهام است. راجع به الهام، بعدا، در یکی از فصل های همین کتاب بحث خواهیم کرد.

داستان اسراء و معراج نیز نمونه دیگری از ادراک فرا حسّی است. پس از آن که قریش ماجرای اسراء پیامبر را تکذیب کردند، خداوند بیت المقدس را برایش مکشوف ساخت و حضرت آن را در برابر خود دید و اوصاف و خصوصیات بیت المقدس را دقیقا برایشان بیان فرمود. از جابر روایت شده است که پیامبر صلی الله علیه و آله فرمود:

۱- ناصف، ج۱، ص ۲۶۰.
۲- نَوَوی، ج۲، ص۷۹۶، ح۷/۱۰۸۸.
۳- شیبانی، ج۴، ص ۲۴۰.

«چون قریش داستان اسراء مرا تکذیب کردند در حجر ایستادم و خداوند بیت

المقدس را برایم آشکار ساخت و من به آن نگاه می کردم و اوصاف و نشانه های آن را برایشان می گفتم».(۱)

پیامبر صلی الله علیه و آله، هم چنین، صدای مردگان را که در قبرها عذاب می شدند، می شنیده است.

ابن عباس می گوید: پیامبر صلی الله علیه و آله بر دو قبر گذشت و فرمود:

«این دو عذاب می کشند. برای گناه کبیره ای عذاب نمی شوند». سپس افزود: «بله، یکی از آنها سخن چینی می کرد. و دیگری از ادرارش استبرا نمی کرد».(۲)

انس می گوید که پیامبر صلی الله علیه و آله صدایی از قبری شنید، فرمود:

«این کی مرده است؟» عرض کردند: در جاهلیت مرده است. حضرت از شنیدن آن خوشحال شد و فرمود: «اگر نبود که می ترسم یکدیگر را دفن نکنید دعا می کردم که خداوند عذاب قبر را به شما بشنواند».(۳)

این احادیث نشان می دهد که پیامبر صلی الله علیه و آله توانایی خاص و غیر عادی در ادراک فرا حسّی داشته است؛ چرا که پشت سرش را می دیده است، شرق و غرب زمین را دیده با آن که در حِجر مسجد الحرام در مکه ایستاده بود، بیت المقدس را پیش چشم خود دید و اوصاف آن را بیان کرد. و صدای عذاب کشیدن مردگان در قبر را می شنید. همه این ها دلایل روشنی هستند بر این که پیامبر صلی الله علیه و آله توانایی ادراک

فراحسّی را داشته است.

این احادیث به پدیده ادراک فرا حسّی امور واقعیِ جهان حسّی ما اشاره دارند. احادیث دیگری نیز وجود دارد که نشان می دهد پیامبر صلی الله علیه و آله امور غیبی یا چیزهایی را که در آینده رخ خواهد داد می دیده است. عقبه بن عامر روایت کرده است که روزی

۱- ناصف، ج۳، ص ۲۶۰.

۲- ناصف، ج۱، ص۸۶.

۳- ناصف، ج۱، ص۳۷۸.

پیامبر صلی الله علیه و آله بیرون رفت و بر کشتگان اُحد نماز میّت خواند، سپس منبر رفت و فرمود:

«من پیشرو شما هستم، و من بر شما گواهم، و به خدا سوگند که هم اکنون حوض [کوثر] خود را می بینم. کلیدهای گنج های زمین، یا کلیدهای زمین، به من داده شد. به خدا سوگند که ترس و نگرانی من برای شما از این نیست که مشرک شوید بلکه ترس من بر شما از این است که بر سر دنیا با یکدیگر به رقابت برخیزید».(۱)

بنا به این حدیث، پیامبر خدا صلی الله علیه و آله اموری غیبی را دیده است: حوضی را که روز قیامت در کنار آن به انتظار ورود امتش خواهد ایستاد، دیده است. نیز آنچه را مسلمانان در آینده از سرزمین ایران و روم به غنیمت خواهند گرفت دیده است. به همین دلیل فرمود که می ترسد مسلمانان بر سر این اموال و غنایم با یکدیگر به رقابت برخیزند و این رقابت آنان را نیز، همچون ملت های پیشین، به نابودی کشاند.

هم چنین، پیامبر صلی الله علیه و آله فرشتگان را می دیده است.از ابوذر روایت شده است که پیامبر خدا صلی الله علیه و آله فرمود:

«من چیزهایی را می بینم که شما نمی بینید، و صداهایی را می شنوم که شما نمی شنوید. آسمان نالید و حق دارد که بنالد. زیرا در وجب به وجب آن فرشته ای برای خداوند به سجده افتاده است...».(۲)

اَنَس می گوید: پیامبر خدا صلی الله علیه و آله مشغول خواندن نماز بود که مردی نفس زنان آمد و گفت: اللّه اکبر؛ سپاس فراوان و پاک و پر برکت خداوند را. چون رسول خدا صلی الله علیه و آلهنماز را تمام کرد فرمود:

«کدام یک از شما این سخنان را گفت؟» مردم سکوت کردند و کسی چیزی نگفت.

حضرت فرمود: «او حرف بدی نزد». مرد گفت: من ای رسول خدا. فرمود: «دوازده فرشته را دیدم که هر یک سعی می کرد برای بالا بردن آن کلمات [به پیشگاه

۱- ناصف، ج۵، ص ۲۰۴.

۲- ناصف، ج۵، ص ۲۰۴.

خداوند] از دیگری سبقت بگیرد».(۱)

حنظله اسیدی، که از کاتبان پیامبر صلی الله علیه و آله بود، به حضرت گفت:

ای رسول خدا، هنگامی که در محضر شما هستیم و از بهشت و دوزخ برایمان می گویی چنان است که گویا آن ها را با چشم می بینیم اما چون از نزد شما می رویم سرگرم زن و بچه و زندگی خود می شویم و بسیاری از آن حرف ها را فراموش می کنیم. رسول خدا صلی الله علیه و آله فرمود: «سوگند به آن که جانم در دست اوست اگر بر آن حال و یادی که نزد من دارید دوام آورید فرشتگان در بسترهایتان و در کوچه و خیابان با شما دست می دهند. اما ای حنظله هر ساعتی آدمی را حالتی است.

این را سه بار فرمود...(۲)

از این سخن پیامبر که: «اگر بر آن حال و یاد [از خدا و آخرت] که نزد من دارید دوام آورید فرشتگان در بسترهایتان و در کوچه و خیابان با شما دست می دهند» فهمیده می شود که اصحاب آن حضرت، اگر بر آن صفای دل و شفافیت روح و یاد خدا که در هنگام حضورشان نزد رسول خدا صلی الله علیه و آله به آنان دست می داد باقی می ماندند، می توانستند فرشتگان را مشاهده کنند.(۳) از این می توان نتیجه گرفت که صفای دل و شفافیّت روح و پرداختن به ذکر و یاد خدا و نزدیک شدن بی وقفه به او از طریق عبادات و نیایش و ذکر، به حالت کشف منجر می شود، همان حالتی که صوفیه و عرفا از آن سخن می گویند و طی آن به انواع شهود و رؤیت ها می رسند که برخی از آن ها تحت مقوله ادراک فراحسّی قرار می گیرند. در این لحظاتِ صفا و شفافیّت، روح و روان آدمی از قیدهای بدنی که مانع پرواز آن می شوند آزاد می گردد، و لذا می تواند از فاصله بسیار دور یا از پس موانع مادّی چیزهایی را ببیند

یا بشنود که انسان در غیر این اوقات که سرگرم امور دنیاست قادر به دیدن یا شنیدن

۱- شیبانی، ج۲، ص۶۷ - ۶۸.

۲- شیبانی، ج۱، ص۳۲.

۳- محمد عثمان نجاتی، القرآن و علم النفس، ص ۱۲۳.

آن ها نیست. در همین باره، رسول خدا صلی الله علیه و آله می فرماید:

«اگر نبود که شیاطین بر گِرد دل های آدمیان می چرخند انسان ها ملکوت [و باطن] آسمان را می دیدند».(1)

در تاریخ اسلام، داستان های زیادی از بزرگان در مورد دیدن یا شنیدن از فرسنگ ها راه نقل شده است که تأیید می کنند آدمی از نیروی فوق العاده روحی برخوردار است به طوری که، در صورت فراهم آمدن شرایط مناسب یعنی شفافیت روحی و رهایی از قید و بندهای بدن، می تواند حوادثی را که در اماکن دور رخ می دهند ادراک یا احساس کند. نیز می تواند با ارواح دیگران به تبادل اندیشه و احساس بپردازد، یعنی همان چیزی که اکنون به آن «دور آگاهی» یا تله پاتی (TelePathy) می گویند. اگر به این داستان ها در پرتو دانش امروزین در مورد امکان انتقال صدا و تصویر و رخدادها از جایی به جایی از رهگذر امواج رادیو و تلویزیون بنگریم می توانیم دریابیم که چنین وقایعی امکان پذیر است. اگر شخص از قدرت روحی ویژه ای برخوردار باشد می تواند تأثیرش را از رهگذر امواج الکترو مغناطیسی تا مسافت های دور منتقل کند و پیام های معیّنی را به اشخاصی که آن ها نیز از قدرت روحی خاصّی برای دریافت این پیام ها برخوردارند، برساند. این همان چیزی است که امروزه برخی از روان شناسان جدید سعی دارند امکان وقوع آن را از نظر تجربی بیازمایند. بدین منظور آزمایش هایی درباره «دور آگاهی» صورت گرفته است.

در این آزمایش ها، از چند نفر خواسته شد تا به کارت هایی با تصاویر خاصّی نگاه کنند. نیز از اشخاص دیگری در جاهای دور، و احیانا در شهرهایی دیگر، خواسته شد که در همان لحظه حدس بزنند روی کارت ها چه نوع تصاویری هستند. اگر این اشخاص می توانستند چندین بار، به طوری که احتمال تصادفی بودن را منتفی سازد، نوع آن تصاویر را حدس بزنند آن گاه وجود پدیده «دور آگاهی» اثبات می شد.

۱- تخریج زین الدین ابی الفضل العراقی، ج۳، ص۹، پ ۴.

در یکی از این گونه بررسی ها افراد زیادی به کار گرفته شدند و از آن ها بارها خواسته شد که نوع این تصاویر را حدس بزنند. مشاهده شد که میانگین تعداد حدس های صحیح بعضی از افراد بیش از اندازه ای است که تصادفی باشد. این نتیجه باعث گردید تا آزمایش کننده وجود پدیده ادراک فراحسّی را در برخی افراد تأیید کند.اما برخی از روان شناسان دیگر که این پدیده را باور ندارند، گفته اند دستیابی به چندین بار حدس صحیح ممکن است ناشی از خطا در روش اجرای تجربه یا ناشی از خطا در ثبت نتایج، به سبب جانبداری اجرا کننده تجربه، باشد، به ویژه آن که بیش تر مجریان این گونه تجربه ها و آزمایش ها به درستی پدیده ادراک فراحسّی باور دارند.

تحقیقات پیرامون این موضوع همچنان ادامه دارد و مورد بحث و مناقشه است و پژوهشگران به نتایج قطعی درباره آن نرسیده اند.(۱)

چنین پیداست که شفافیت روح در برخی افراد شرط اساسی وقوع ادراک فراحسّی است. این شفافیت و صفای روح بیش تر در افراد مؤمن و پرهیزگار به وجود می آید. این گونه افراد با شفافیت و صفای روحی خود می توانند چیزهایی را ادارک کنند که دیگران نمی توانند. پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله به این واقعیت اشاره کرده است. از ابوسعید روایت شده که آن حضرت فرمود:

«از فراست مؤمن برحذر باشید؛ زیرا او با نور خداوند متعال می بیند.حضرت سپس این آیه را خواند: و در این نشانه هایی است برای نشانه شناسان».(۲)

رسول خدا صلی الله علیه و آله خود، با آن صفای دل و شفافیت روحی که خداوند به او ارزانی داشته بود، از قدرت خارق العاده ای در ادراک فراحسّی برخوردار بود. در پرتو همین توانایی خارق العاده احساسات حیوانات و درد یا غم و یا ترس و دیگر احساسات آن ها را درک می کرد. عبداللّه بن جعفر می گوید: رسول خدا صلی الله علیه و آله وارد باغ

---

۱ - ۱. Sanford, F.H. and Wrightsman, O P.C. P. ۳۲۸. Atkinson, R.L., Alkinson, R.C. and Hilgard, E.R. Introduction to psychology. ۸th edition, New York: Harcourt Brace Jovanovich, Inc, ۱۹۸۳, pp. ۱۵۸-۱۶۱.

۲- شیبانی، ج۱، ص۱۴۶.

مردی از انصار شد شتری را دید. چشم شتر که به حضرت افتاد شروع به نالیدن کرد و اشک از چشمانش سرازیر شد. پیامبر صلی الله علیه و آله نزدیک او رفت و اشک هایش را پاک کرد. شتر ساکت شد. حضرت فرمود:

«صاحب این شتر کیست. این شتر از کیست؟». جوانی از انصار آمد و عرض کرد: از من، ای رسول خدا. حضرت فرمود: «درباره این حیوان بی زبان که خداوند در اختیار تو نهاده است از خدا نمی ترسی؟! او به من شکایت کرد که تو اذیّت و خسته اش می کنی...(۱)

پیامبر صلی الله علیه و آله درد و رنجی را که این حیوان می کشید و شِکوه و شکایتی را که در درونش می جوشیده است حس کرد و معنای قطرات اشکی را که از چشمان او فرو می غلتیده دریافت و مفهوم ناله ای را که از سینه اش بر می خاسته فهمید. این نشان می دهد که حضرت از توانایی ویژه ای در فهم حالت روانی حیوانات برخوردار بوده است. این نکته از نمونه دیگری هم که در فصل یکم، هنگام سخن از انگیزه مادری در پرندگان آوردیم روشن می شود. در آن جا گفتیم که پیامبر صلی الله علیه و آله با جمعی از یارانش در محلّی اتراق کردند. یکی از آنان به بیشه ای رفت و تخم ژورکی را برداشت. ژورک آمد و بر فراز سر پیامبر و یارانش پرپر می زد. حضرت فرمود:

«کدام یک از شما این را ناراحت کرده است...»(۲)

پیامبر صلی الله علیه و آله دریافت که علّت بال زدن ژورک بر فراز سر او و یارانش این است که یک نفر او را ناراحت کرده است، و چون یکی از افراد گفت که تخمی از لانه آن برداشته است حضرت دستور داد آن را به لانه اش برگرداند.

ادراک فراحسّی و الهام

لازم است میان ادراک فراحسّی و الهام فرق بگذاریم. برای مثال وقتی پیامبر صلی الله علیه و آله

۱- ابو داود، ج۳، ص۲۳، ح۲۵۴۹.

۲- شیبانی، ج۲، ص۱۱۰.

می فرماید که یاران خود را از پشت سرش هم می بیند، یا زمانی که می فرماید فرشتگان را می بیند، یا صدای ناله مردگان را که در قبرهایشان عذاب می شوند، می شنود، بدون شک با پدیده ادراک فراحسّی مواجه هستیم، چرا که پیامبر، در این موارد، اظهار می دارد که با چشم و گوش خود چیزهایی را می بیند و می شنود که به علت پاره ای موانع و حجابهای مادی یا مکانی، دیگر مردمان معمولاً آن ها را نمی بینند و نمی شنوند.

هم چنین است وصف پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله از مسجد الاقصی که پس از شب معراج، با آن که در مکّه بود خصوصیات این مسجد را بیان داشت.

پس، بدون شک این حادثه در محدوده ادراک فراحسّی قرار دارد و وحی یا الهام نیست. این که می فرماید: «خداوند بیت المقدس را برایم نمایان ساخت حاکی از آن است که خداوند عزّوجل موانع و حجابهای مادی و مکانی میان پیامبر صلی الله علیه و آله و

بیت المقدس را برداشته و حضرت آن را به واقع در برابر خود دیده است. نیروی روحی، به ویژه اگر روح پیامبر باشد، می تواند، به خواست خداوند بزرگ، در موانع مادّی نفوذ کند و از مسافت های مکانی دور بگذرد و مسجدالاقصی را طوری مشاهده کند که انگار در برابر دید مستقیم پیامبر صلی الله علیه و آله قرار دارد. از این رو، مایلیم این نوع ادراک را فراحسّی به شمار آوریم. در جای دیگری پیامبر صلی الله علیه و آله می فرماید:

«خداوند زمین را برای من در هم پیچید و من مشرق ها و مغرب های آن را دیدم...» این سخن نشان می دهد که حضرت شرق و غرب زمین را عملاً دیده است و این نیز وحی یا الهام نبوده است. اما در همین حدیث می فرماید: «.. به زودی حاکمیّت امّت من به آنچه از زمین برای من نمودار شد خواهد رسید...» این سخن در مفهوم وحی و الهام جای می گیرد. آن حضرت در حدیث دیگری که بخاری و مسلم از عقبه بن عامر روایت کرده اند، می فرماید: «...کلیدهای خزانه های زمین، یا کلیدهای زمین به من داده شد...». مقصود پیامبر صلی الله علیه و آله سرزمین ایران و روم است که بعدها

مسلمانان تصرف کردند. این پیشگویی نیز در مفهوم وحی و الهام می گنجد نه در مفهوم ادراک فراحسّی.

ص:۱۳۴

فصل چهارم: تفکّر از دیدگاه حدیث

اشاره

اسلام با عنایت ویژه ای انسان را به مشاهده پدیده های هستی و اندیشیدن در آفرینش بدیع خداوند بزرگ و تأمل در آسمان ها و زمین و در نفس، و در همه مخلوقات جهان دعوت کرده است. برای نمونه به این چند آیه از قرآن کریم اشاره می کنیم:

«اَلَّذینَ یَذْکُرُونَ اللّه َقِیَامًا وَقُعُودًا وَعَلی جُنُوبِهِمْ وَیَتَفَکَّرُونَ فی خَلْقِ السَّموَاتِ وَالْاَرْضِ رَبَّنَا مَا خَلَقْتَ هذَا بَاطِلاً...».(۱)

«آنان که ایستاده و نشسته و خفته، خدا را یاد می کنند و در آفرینش آسمان ها و زمین می اندیشند [و می گویند:] پروردگارا، تو این ها را بیهوده نیافریده ای...»

«اَوَ لَمْ یَتَفَکَّرُوا فی اَ نْفُسِهِمْ...».(۲)

«آیا در خویشتن اندیشه نمی کنند...».

«قُلْ سیرُوا فِی الْاَرْضِ فَاص نْظُرُوا کَیْفَ بَدَاَ الْخَلْقَ...».(۳)

«بگو: در زمین بگردید و بنگرید که چگونه آفرینش را آغاز کرد...».

۱- آل عمران/۱۹۱.

۲- روم/۸.

۳- عنکبوت /۲۰.

«قُلِ انْظُرُوا مَاذَا فِی السَّموَاتِ وَالْاَرْضِ...»(۱)

«بگو: بنگرید که در آسمان ها و زمین چیست...».

«فَلْیَنْظُرِ الْاِنْسَانُ مِمَّ خُلِقَ...»(۲)

«پس، آدمی بیندیشد که از چه آفریده شده است...».

قرآن کریم با دعوت انسان به مشاهده و دقّت و اندیشیدن در پدیده های هستی در واقع، اندیشه علمی را که با مشاهده و گردآوری اطلاعات و نتیجه گیری و سپس تحقیق درباره درستی این نتایج آغاز می شود بنیاد نهاد. اهتمام قرآن کریم به دعوت مردم به مشاهده و دقت و اندیشیدن انگیزه نیرومندی بود که مسلمانان را به تحصیل شناخت و علم وانجام پژوهش های تجربی واداشت و این خود به جوانه زدن نهضت علمی در جامعه اسلامی و شکوفا شدن معارف و علوم در میان مسلمانان انجامید و این درست در زمانی بود که اروپا همچنان در تاریکی جهل و نادانی به سر می برد. نور علم از جهان اسلام به کشورهای اروپایی تابیدن گرفت و تاریکی های جهل را از آن ها زدود و روح تفکر علمی و پژوهش تجربی را در این سرزمین دمید و همین باعث ظهور رنسانس در اروپا شد.

قرآن کریم به آزاد سازی خرد از قید و بندهایی که آن را از درست اندیشی باز می دارد توجه خاصّی نشان داد و از این رو با تقلید و پیروی از آرای گذشته، بدون اندیشیدن درباره آن ها و مطمئن شدن از صحت آن ها، مبارزه کرد. با اوهام و خرافات که اندیشه را به بند می کشند و مانع حرکت و تحقیق در جهت رسیدن به حقیقت می شوند جنگید. با شتاب در داوری، بدون مطمئن شدن از درستی مقدمات و دقت و صحت و ادله، مبارزه کرد. از پیروی از گمان که در معرض خطاست نهی کرد و به پیروی از حق که دلایل صحیح تأییدش کند فرا خواند. هم چنین از قرار گرفتن تحت تأثیر آرا و تمایلاتی که به جانبداری می انجامد و باعث

۱- یونس/۱۰۱.

۲- طارق/۵.

خطاهای تفکّر می شود نهی کرد. نگارنده، در کتاب قرآن و روان شناسی(۱) به موضوع تفکر از دیدگاه قرآن کریم پرداخته و عوامل گوناگون تأثیر گذار در تفکّر را که در قرآن

کریم از آن ها یاد شده بررسی کرده است. دعوت قرآن به مشاهده و اندیشیدن، و رهایی از قید و بندهایی که مانع تفکر می شود، شالوده ای بود که بنیان اندیشه علمی و پژوهش تجربی در میان دانشمندان مسلمان بر آن استوار گردید.

پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله نیز به اندیشیدن در نشانه های خداوند متعال ومخلوقات بدیع او دعوت کرده است. بنابراین، تأمل و تفکر در مخلوقات خداوند از برترین انواع عبادت است. در روایتی آمده است که رسول اکرم صلی الله علیه و آله فرمود:

«یک ساعت اندیشه کردن از یک سال عبادت کردن بهتر است».(۲)

ابن عبّاس می گوید: عده ای درباره ذات خداوند عزّوجل اندیشه می کردند، پیامبر صلی الله علیه و آله فرمود:

«درباره آفریده های خداوند اندیشه کنید و درباره ذات خدا نیندیشید؛ زیرا که شما او را چنان که باید نمی شناسید».(۳)

تفکر در آیات الهی و آفریده های شگفت انگیز او و نظام متقن هستی و در قوانین ثابتی که بر همه پدیده های گیتی حاکم است انسان را به این نتیجه می رساند که این هستی آفریدگار و گرداننده ای دارد. از همین رو، پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله به اندیشه کردن در آفرینش خدا توصیه و از اندیشیدن در ذات او نهی کرده است؛ چون عقل آدمی از دریافت آنچه خارج از محدوده توانایی اوست ناتوان است. چرا که خداوند مثل و مانند ندارد در حالی که عقل انسان بر پایه داشته های خود یعنی صورت های حسّیِ دریافت شده از جهان محسوسی که در آن زندگی می کند، و بر پایه مفاهیمی که از این صورت ها ایجاد می کند و معانی کلیه ای که از آن ها تجرید می نماید، می اندیشد؛

ص:۱۳۷

۱- محمد عثمان نجاتی، القرآن و علمالنفس، ص ۱۳۴ - ۱۴۳.

۲- غزالی، احیاء علوم الدین، ج۴، ص۴۲۳.

۳- غزالی، احیاء علوم الدین، ج۴، ص۴۲۳ - ۴۲۴.

بنابراین، هرگاه خرد بکوشد درباره موجودات جهان غیب، و درباره ذات خداوند متعال بیندیشد، بدون شک از صورت های حسّی که در اختیار دارد کمک خواهد گرفت.حال اگر انسان، با این روش، درباره ذات خداوند بزرگ که هیچ چیز از جهان محسوس مانند وشبیه او نیست بیندیشد قطعا گمراه و هلاک خواهد شد. در این حدیث، هم چنین، به قاصر بودن عقل انسان و حد و مرزهایی که نباید از آن ها تجاوز کند اشاره شده است. عقل انسان می تواند در چارچوب جهان محسوس و شناخت حسّی که از راه حواس خود به دست می آورد، و مفاهیم و معانی کلیه ای که از این رهگذر استنباط می کند، به خوبی بیندیشد اما درباره ماورای جهان محسوس عقل انسان قادر به درک حقیقت نیست مگر آن که خداوند متعال، از طریق وحی و الهام، این لطف را در حق او بنماید، که در فصل ششم در این خصوص سخن خواهیم گفت.

پیامبر خدا صلی الله علیه و آله، در سخنش به اشجّ عبدالقیس، خردی را که به وظیفه اندیشیدن بپردازد ستوده است:

«در تو دو خصلت وجود دارد که خدا و پیامبرش آن ها را دوست می دارند: خردمندی و تأنّی».(۱)

خرد به صاحب خود صفات پسندیده ای می بخشد که باعث می شوند شخص محبوب خداوند بزرگ و پیامبر بزرگوار او باشد، خرد صاحب خود را به حق و خوبی رهنمون می شود و از گمراهی و بدی به دورش می دارد.

پیامبر خدا صلی الله علیه و آله پیروان خود را به تفکر و استدلال عقلی و قیاس تشویق می کرد. برای مثال، زمانی که معاذ بن جبل را به یمن فرستاد به او فرمود:

«چگونه قضاوت خواهی کرد؟» عرض کرد: بر اساس کتاب خدا قضاوت خواهم کرد.

فرمود: «اگر حکمش در کتاب خدا نبود؟» عرض کرد: بر پایه سنّت رسول

۱- صحیح مسلم، ج۱، ص۱۸۹.

خدا صلی الله علیه و آله.

فرمود: «اگر در سنّت رسول خدا نبود؟» عرض کرد: به اجتهاد خودم. حضرت فرمود: سپاس خداوند را که فرستاده رسول خدا را موفق بداشت».(۱)

در این حدیث، رسول خدا صلی الله علیه و آله یارانش را راهنمایی و تشویق می کند که در مسائل و مشکلات نوظهور که در قرآن کریم و سنّت، حکمی راجع به آن ها نیامده است به تفکر و استدلال عقلی بپردازند و حکام را به اجتهاد توصیه و برای این کار به آنان وعده پاداش آخرت می دهد.

در روایتی آمده است که پیامبر صلی الله علیه و آله فرمود:

«هرگاه حاکم اجتهاد کند و اجتهادش درست باشد دو مزد دارد؛ و اگر در اجتهادش به خطا رود یک مزد دارد».(۲)

این دعوت به تفکر و تشویق به ابداع و نوآوری را که در دین اسلام آمده است در هیچ یک از دیگر ادیان آسمانی نمی یابیم. این مطلب از این سخن پیامبر اسلام صلی الله علیه و آله آشکارا معلوم است:

«هر کس در اسلام سنّت نیکویی پی نهد مزد آن و مزد کسانی که پس از او به آن سنّت عمل کنند برایش باشد بدون آن که از مزد ایشان چیزی کم شود. و هر کس در اسلام سنّت بدی پی نهد گناه آن و گناه کسانی که پس از او به آن عمل کنند بر گردن اوست بدون آن که از گناه ایشان هم چیزی کم شود».(۳)

در این حدیث دعوتی است به تفکر نوآور که سنّت نیکویی بنا نهد، یعنی چیز جدیدی را که نفع و خیر مردم در آن است ابتکار کند. پیامبر صلی الله علیه و آله به این کار بسیار ترغیب کرده است؛ چرا که برای چنین شخصی پاداش بی پایان، به اندازه پاداش هر کسی که تا روز قیامت به این سنت نیکو عمل کند، وعده داده است، و این، در واقع

۱- ناصف، ج۳، ص۶۶.

۲- ناصف، ج۳، ص۶۶.

۳- منذری، ص ۱۴۵، ح۵۳۳.

تشویق بزرگی است به تفکر ابداعی و ابتکار چیزهایی که به نفع جامعه و به خیر و صلاح بشریت باشد.

خطاهای تفکر

اشاره

پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله از عواملی که به خطاهای تفکّر می انجامد برحذر داشته است، و به اصحابش می آموخت که تفکری سالم و خالی از عیوبی که تفکر درست را از کار می اندازند، داشته باشند. از جمله عواملی که موجب خطای در تفکر می شوند، عبارتند از:

الف - تقلید و اوهام و خرافات

یکی از عواملی که به خطای در تفکر منجرّ می شود تقلید کورکورانه از افکار و آرای دیگران است. قرآن کریم از مشرکان که در بت پرستی از آرای پدرانشان تقلید می کنند و به عقاید آنان تمسّک می جویند به شدّت انتقاد کرده و مردم را به آزاد کردن خردهایشان از قید و بندهای تقلید، و نیز به رها سازی خود از اوهام و خرافات که بر اساس تقلید، به آن ها چنگ می زنند فرا خوانده است.(۱)

پیامبر اعظم صلی الله علیه و آله نیز از پیروی آرای دیگران و تقلید کور و بدون تأمل و تفکر از کارهای آنان پرهیز داده است. حذیفه می گوید که رسول خدا صلی الله علیه و آله فرمود:

«ابن الوقت نباشید و نگویید اگر مردم خوبی کردند ما هم خوبی می کنیم، و اگر ستم کردند ما هم ستم می کنیم، بلکه خود را عادت دهید که اگر مردم خوبی کردند خوبی کنید و اگر بدی کردند شما بدی و ستم نکنید».(۲)

در این حدیث، پیامبر خدا صلی الله علیه و آله به استفاده از خرد برای تشخیص حق و باطل و نیک و بد، و پیروی از حق و نیکی که تفکر به آن ها رهنمون می شود فرا می خواند،

۱- محمد عثمان نجاتی، القرآن و علم النفس، ص ۱۳۶ - ۱۳۸.

۲- ترمذی، ج۸، ص ۱۷۰.

و از پیروی آرای دیگران و تقلید از کردار آنان، بدون اطمینان از درستی این آرا و کردارها، پرهیز می دهد.

آن حضرت در ستیز با اوهام و خرافات نیز می کوشید. برای مثال در همان روزی که فرزندش ابراهیم درگذشت خورشید گرفتگی به وقوع پیوست. مردم گفتند به خاطر مرگ ابراهیم، فرزند پیامبر صلی الله علیه و آله گرفته است. حضرت فرمود:

«خورشید و ماه دو نشانه از نشانه های خدا هستند، و برای مردن یا متولد شدن کسی دچار گرفتگی نمی شوند».(۱)

در این حدیث، پیامبر صلی الله علیه و آله به یارانش آموخت که خسوف و کسوف از قوانین طبیعی ثابت و تغییرناپذیر خداوند هستند و به سبب حوادثی که در دنیا اتفاق می افتد، مانند مردن یا متولد شدن انسانی، رخ نمی دهند. پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله با اوهام و

خرافات، به ویژه در زمینه فال زدن و پیش گویی و جادوگری و تأثیر ستارگان در سرنوشت مردم، جنگید. برای مثال، در روایتی آمده است که فرمود:

«هر کس به پیش گو یا رمّالی مراجعه کند و گفته های او را تأیید کند به آنچه بر محمد نازل شده کافر گشته است».(۲)

و در روایتی دیگر فرموده است:

«هر کس علمی از نجوم فرا گیرد، در واقع، شاخه ای از جادوگری فرا گرفته است، اگر بیش تر، بیش تر».(۳)

مقصود از فرا گرفتن علمی از نجوم، اخترگویی است. یعنی ادعای پی بردن به رخدادهای آینده از طریق شناخت حرکات ستارگان و اسرار آن ها و تأثیرشان بر جهان خاکی. و این غیر از اخترشناسی است که برای خود قواعد و روش هایی دارد و متکی بر مشاهدات علمی است.(۴)

۱- منذری، ج۱، ص۴۴۵.

۲- ونسنک، ج۴، ص۱۹۶.

۳- ونسنک، ج۱۲، ص۴۳۵.

۴- نک: یوسف القرضاوی، الرسول والعلم، دارالصحوه، ۱۹۸۴، ص۵۴ - ۵۵.

پیامبر با همه این گونه اوهام و خرافات مبارزه کرد و از این رهگذر خردها و اندیشه های پیروانش را از قرار گرفتن تحت تأثیر این اوهـام و خرافات رهانیـد و روح تفکر سـالم را در آنـان دمیـد، و بـدین ترتیب فضـای عقلانـیّت را که به پیـدایش پرورش اسلامی و ظهور عصر نهضت علمی - اسلامی انجامید، فراهم آورد.

ب - فراهم نبودن ادلّه

از جمله خطاهـای تفکّر که بسـیاری از مردم گرفتـار آن می شونـد عبـارت است از صـادر کردن حکم و نتیجه گیری بـا وجود فراهم نبودن دلایـل کافی که درستی آن حکم یا این نتیجه را تأییـد کنـد. بسـیاری از مردم، به ویژه کسانی که به تفکر منطقی علمی عادت نکرده انـد، به صدور احکام یا نتیجه گیری های کلّی از پاره ای جزئیات اندک که رسیدن به این احکام یا نتایج را توجیه نمی کننـد، گرایش دارند، به همین دلیل غالبا احکام و نتیجه گیری هایشان نادرست است. قرآن کریم ما را از افتادن در ورطه چنین خطاهایی برحذر داشته است و می فرماید:

«وَ لاَ تَقْفُ مَا لَیْسَ لَکَ بِهِ عِلْمٌ اِنَّ السَّمْعَ وَ الْبَصَرَ وَ الْفُؤَادَ کُلُّ اُولئِکَ کَانَ عَنْهُ مَسْئُولاً».(۱)

«از آنچه بدان علم نداری پیروی مکن. گوش و چشم و دل، همه این ها بازخواست می شوند».

«وَمَا یَتَّبِعُ اَکْثَرُهُمْ اِلاَّ ظَنًّا اِنَّ الظَّنَّ لاَ یُغْنی مِنَ الْحَقِّ شَیْئًا اِنَّ اللّه عَلیمٌ بِمَا یَفْعَلُونَ».(۲)

«بیش ترینشان پیروی نمی کنند مگر از گمان و گمان از راستی هیچ بی نیاز نکند، خداوند بر آنچه می کنند داناست».

پیامبر خدا صلی الله علیه و آله نیز مردم را از سخن گفتن درباره آنچه که نمی دانند نهی کرده و فرموده است:

۱- اسراء/۳۶.

۲- یونس/۳۶.

«هیچ کس نباید چیزی را بگوید که نمی داند».(۱)

رسول خدا صلی الله علیه و آله از ظنّ و گمان یعنی سخنی که مستند نیست و احتمال صدق و کذب در آن می رود، نیز برحذر داشته است می فرماید:

«از گمان بپرهیزید، زیرا گمان دروغ ترین سخن است».(۲)

در این دو حدیث، مردم از ندانسته گویی و از گمان نهی شده اند و در واقع، به ضرورت جستجوی واقعیت و سخن حق که دلایل آن را تأیید کنند راهنمایی شده اند. آن حضرت از گمان به عنوان دروغ ترین سخن یاد می کند تا بدین وسیله یارانش را از آن دور سازد و به جستجوی راستی و درستی در گفتار ترغیب نماید. در حدیثی دیگر می فرماید:

«به هر کسی ندانسته فتوایی دهند گناهش به گردن کسی است که به او فتوا داده است...».(۳)

در این جا، فتوا به معنای عام یعنی، هر امری از امور دین یا دنیاست. در این حدیث اشخاص از این که، بدون داشتن علم و آگاهی کافی در موضوعی و بدون در دست داشتن ادله کافی، در امور مردم، به ویژه اموری که در زندگی آنان حائز اهمیت است، فتوا دهند یا نظر و حکمی صادر کنند، آشکارا نهی شده اند.

پیامبر صلی الله علیه و آله فقط از فتوا و حکم صادر کردن بدون آن که ادله کافی و صحت آن وجود داشته باشد، برحذر نداشته بلکه از پذیرفتن سخنان غیر و نقل آن ها برای دیگران، بدون اطمینان از درستی آن ها، نیز پرهیز داده است. در روایت آمده است که از ابو مسعود پرسیدند: از رسول خدا صلی الله علیه و آله نشنیده ای که درباره «می گویند» چیزی فرموده باشد؟ گفت: شنیدم که می فرماید: «بد مرکوبی است برای مرد»(۴) [که بگوید:می گویند، نقل می کنند، بدون آن که از صحت آنچه نقل می کند مطمئن باشد]. در

۱- ونسنک، ج۴، ص۳۱۶.

۲- ونسنک، ج۴، ص۸۷.

۳- ناصف، ج۱، ص۷۳.

۴- مسند احمد، ج۴، ص۱۱۹، ج۵، ص۴۰۱.

این حدیث مردم از پذیرفتن کورکورانه آنچه از دیگران می شنوند نهی شده اند؛ زیرا شمار زیادی از مردم به تصدیق بسیاری از آنچه می شنوند گرایش دارند و آن ها را، به اعتبار این که حقیقت دارند، برای دیگران نقل می کنند.

اهمیّت بحث و گفتگو در شفافیّت تفکّر

بحث و گفتگو از عوامل مهمّی است که به شفافیّت و سلامت تفکّر، و رهیدن از خطاها و موانع رسیدن به حقیقت کمک می کند. خداوند بزرگ پیامبرش را به مشورت با یارانش توصیه کرده و فرموده است:

«...وَشَاوِرْهُمْ فِی الْأَمْرِ...».(۱)

«و در امور با آنان رایزنی کن...»

در بحث و گفتگو جوانب مسأله روشن وحدّ و مرزهای آن مشخصّ می شود و آرا و نظرات جدیدی بروز می کند که در رسیدن به پاسخی پذیرفته به پرسش، یا راه حل قابل قبول برای مسأله کمک می کنند. پیامبر صلی الله علیه و آله، خود، با یارانش مشورت می کرد. برای مثال، پیش از ورود به جنگ بدر از آنان نظر خواهی نمود، و مطمئن شد که انصار با جنگ موافق هستند. هم چنین درباره محل جنگ، و درباره اسیران، بعد از پیروزی بر مشرکان قریش، نظر آنان را جویا شد. در جنگ خندق نیز با یارانش مشورت کرد و نظر سلمان فارسی را درباره حفر خندق پیرامون مدینه پذیرفت. آن حضرت یارانش را به مشورت با یکدیگر تشجیع و تشویق می کرد و می فرمود:

«کسی که از خداوند طلب خیر کند ناکام نمی شود، و کسی که مشورت کند پشیمان نمی شود...».(۲)

۱- آل عمران /۱۵۹.

۲- فیض القدیر، ج۵، ص۴۴۲ (به نقل از محمود و احمد سید، معجزه الاسلام التربویه، کویت، دارالبحوث العلمیه، ۱۹۷۸، ص ۱۰۳ - ۱۰۵).

فصل پنجم: یادگیری از دیدگاه حدیث

اشاره

یادگیری اهمیت زیادی در زندگی انسان دارد؛ چرا که آدمی وقتی متولد می شود کاملاً ناتوان و نادان است به طوری که قادر به انجام کاری نیست و هیچ چیز نمی داند اما از طریق آموختن در طی مراحل گوناگون رشدش مهارت ها و شناخت های زیادی را فرا می گیرد. کودک در بدو تولّدش به شمار اندکی از واکنش ها مجهّز است، مانند مکیدن پستان در هنگام شیر خوردن، حرکات دست ها و پاها و پلک ها، گریه کردن، و تولید پاره ای صداهای نامنظم. این واکنش ها با یادگیری کسب نمی شوند بلکه فطری و موروثی هستند، اما دیری نمی گذرد که کودک، در ضمن رشد خود، بر پایه همین واکنش ها بسیاری از مهارت های پیچیده را یاد می گیرد. مثلاً یاد می گیرد که، برای گرفتن و برداشتن اشیا، و یاد گرفتن حرفه ها و صنعت ها و

هنرها و دیگر مهارت های فراوان، چگونه حرکات دست ها و انگشتانش را نظم بخشد. یاد می گیرد که برای راه رفتن، دویدن، بالا ـ رفتن، توپ بازی کردن و دیگر بازی های ورزشی یا دیگر مهارت های حرکتی چگونه به حرکات پاهایش نظم بخشد. یاد می گیرد که حرکات صدایش را منظم کند و کلمات معناداری چون نام های پدر و مادر و خواهر و برادر خود و نام های چیزهای دیگر را تلفظ کند و سپس یاد می گیرد که از این کلمات جملات معنادار بسازد. کودک در زندگی خود از

وضعیت های جدید فراوانی می گذرد و با موانع و مشکلات بسیاری رو به رو می شود اما همواره یاد می گیرد که چگونه برای مواجه شدن با این وضعیت ها، و پشت سر نهادن این موانع و حل این مشکلات پاسخ های جدید و مناسبی بیابد. همین توانایی یادگیری و سود جستن از تجربه هاست که انسان و حیوان را قادر می سازد تا خود را با همه موقعیت های جدید و مشکلات غیر منتظره پیوسته سازگار گرداند و این به نوبه خود آن ها را در زندگی و بقا کمک می کند.

انسان تنها زبان و علوم و شناخت های گوناگون و فنون و حرفه ها و صنایع و دیگر مهارت های مختلف را یاد نمی گیرد بلکه عادت ها و گرایش ها و خوی ها و ویژگی های شخصی اش را نیز فرا می گیرد. بنابراین، یادگیری اهمیت فوق العاده ای در زندگی انسان دارد. بهترین دلیل بر اهمیت یادگیری در زندگی انسان آن است که نخستین آیه ای که از قرآن کریم نازل شد به خواندن و نوشتن و یادگیری مربوط می شود، خداوند متعال می فرماید:

«اِقْرَاْ بِاص سْمِ رَبِّکَ الَّذی خَلَقَ * خَلَقَ الْاِنْسَانَ مِنْ عَلَقٍ * اِقْرَاْ وَ رَبُّکَ الْاَکْرَمُ * اَلَّذی عَلَّمَ بِاص لْقَلَمِ * عَلَّمَ الْاِنْسَانَ مَا لَمْ یَعْلَمْ».(۱)

«بخوان به نام خداوندگارت که آفرید. انسان را از خونی بسته آفرید. بخوان که خداوندگار تو ارجمندترین است. آن که با قلم آموخت. انسان را آنچه ندانست آموخت».

قرآن کریم ارزش دانش و مقام بلند آن را ستوده است. بهترین دلیل بر این مطلب آن است که خداوند پاک نخست از خود یاد می کند، دوم از فرشتگان و سپس، بلافاصله، از دانشوران:

«شَهِدَ اللّه ءاَ نَّهُ لَا اِلهَ اِلَّا هُوَ وَالْمَلئِکَهُ وَاُولُوا الْعِلْمِ قَائِمًا بِاص لْقِسْطِ...».(۲)

«خدا گواه است و فرشتگان و دانشوران نیز، که خدایی نیست جز او، که به

۱- علق/۱ - ۵.

۲- آل عمران/۱۸.

دادگری ایستاده است».

پیامبر صلی الله علیه و آله نیز ارزش علم و دانش را ستوده و مسلمانان را به آموختن آن و آموزش دادنش به مردم فرا خوانده است. از عبداللّه بن مسعود روایت شده است که پیامبر خدا صلی الله علیه و آله فرمود:

«علم بیاموزید و آن را به مردم بیاموزانید، واجبات را بیاموزید و آن ها را به مردم بیاموزانید. قرآن را بیاموزید و آن را به مردم بیاموزانید...»(۱)

از ابودردا نیز روایت شده است که پیامبر صلی الله علیه و آله فرمود:

«مردم یا دانشمندند یا دانشجو، در جز این دو کار خیری نیست».(۲)

در روایتی دیگر از آن حضرت آمده است که فرمود:

«آگاه باشید که دنیا لعنت شده است، آنچه در آن می باشد لعنت شده است مگر یاد خدا و امثال آن، دانشمند یا دانشجو».(۳)

پیامبر صلی الله علیه و آله به تحصیل علم ترغیب کرده و خارج شدن در طلب آن را خارج شدن در راه خدا دانسته و این عمل را هموار کننده راه شخص به بهشت قلمداد کرده است.

در روایتی آمده است که آن حضرت فرمود:

«هر که برای جستن دانش راهی را بپیماید خداوند برایش راهی به سوی بهشت هموار سازد».(۴)

از انس نیز روایت شده که پیامبر صلی الله علیه و آله فرمود:

«هر که در طلب علم خارج شود در راه خداست تا آن که برگردد».(۵)

ابودردا نیز می گوید: از پیامبر خدا صلی الله علیه و آله شنیدم که می فرماید:

۱- دارمی، ج۱، ح ۲۲۷.

۲- دارمی، ج۱، ح۲۵۲.

۳- ترمذی، ج۹، ص۱۹۸؛ ابن ماجه، ج۲، ح۴۱۱۲.

۴- ناصف، ج۱، ص۶۲ - ۶۳؛ نَوَوی، ج۲، ص۹۵۲، ح۶/۱۳۸۲.

۵- نَوَوی، ج۲، ص۹۵۴، ح۱۰/۱۳۸۶.

«هر کس برای تحصیل علم راهی را بپیماید خداوند برایش راهی به سوی بهشت هموار سازد، فرشتگان با کمال میل بال های خود را برای طالب علم فرش می کنند. هر که در آسمان ها و زمین است، حتی ماهیان دریا برای عالم طلب آمرزش می کنند...».(۱)

چه فضیلتی بالاتر از فضیلت علم که راه بهشت را برای صاحبش هموار می سازد، فرشتگان به سبب رضایتی که از تحصیل علم او دارند بال هایشان را برایش می گسترانند، و همه موجودات آسمانی و زمینی، حتّی ماهیان دریاها، برایش طلب آمرزش می کنند؟

وقتی علم و دانش از چنین فضیلت و مزیتی برخوردار است سزاوار است که مؤمن برای طلب و تحصیل آن آزمندانه بکوشد. همین ارزشمندی علم و معرفت است که پیامبر خدا صلی الله علیه و آله مسلمانان را به طلب و تحصیل آن ترغیب کرده است. مثلاً فرموده است:

«سخنِ خردمندانه گمشده مؤمن است، پس، هر جا آن را یافت متعلق به اوست».(۲)

مقصود از «سخن خردمندانه» دانش است، چه دانش دینی یا دانش دنیوی که برای انسان سودمند باشد و خیر جامعه و بشریت را دنبال کند. دانشِ سودمند تنها در دنیا به انسان سود نمی رساند بلکه در آخرت نیز برای شخص سودمند است. پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله فرموده است:

«هرگاه انسان بمیرد رشته عمل او گسسته شود مگر از سه چیز: صدقه جاریه، یا علمی که از آن بهره مند شود، یا فرزند صالحی که برای او دعا کند».(۳)

خداوند متعال مقام و ارزش دانشمندان را ستوده است و می فرماید:

۱- ناصف، ج۱، ص۶۳؛ نَوَو، ج۲، ص۹۵۵، ح۱۳/۱۳۸۹.

۲- شیبانی، ج۳، ص۱۳۷.

۳- نَوَوی، ج۲ ص۹۵۳، ۸/۱۳۸۴.

« يَرْفَعِ اللّه ُالَّذينَ امَنُوا مِنْكَمْ وَ الَّذينَ اُوتُوا الْعِلْمَ دَرَجَاتٍ...».(۱)

«خدا کسانی از شما را که ایمان آورده اند و آنان را که از دانش برخوردار شده اند درجاتی بالا می برد...».

در آیه ای دیگر نیز می فرماید:

«قُلْ هَلْ يَسْتَوِى الَّذينَ يعْلَمُونَ وَ الَّذينَ لاَ يَعْلَمُونَ...».(۲)

«بگو: آیا کسانی که می دانند و کسانی که نمی دانند یکسانند...».

پیامبر صلی الله علیه و آله نیز از مقام دانشمندان تمجید کرد، و عالم را بالاتر از عابد قرار داد. و علما را وارث پیامبران معرفی کرده است. می فرماید:

«...برتری عالم بر عابد همانند برتری ماه بر دیگر ستارگان است. عالمان وارثان پیامبرانند. پیامبران دینار و دِرَمی به ارث ننهاده اند بلکه علم به ارث نهاده اند. پس هر که علم را فرا گیرد بهره فراوانی به دست آورده است».(۳)

در روایت دیگری از ابو امامه آمده است که رسول خدا صلی الله علیه و آله فرمود:

«برتری عالم بر عابد مانند برتری من بر کم ترین شماست».(۴)

ملاحظه می کنیم که پیامبر صلی الله علیه و آله دانشمند را در جایگاهی بسیار بلند نشانیده که بسیار بالاتر از جایگاه عابد است، برتری منزلت عالم را بر عابد به برتری منزلت خودش بر کم ترین صحابه تشبیه کرده است. مزیّت عالم بر عابد را به مزیّت ماه بر دیگر ستارگان مانند نموده است. رساترین دلیل بر قدردانی پیامبر صلی الله علیه و آله از دانشمندان

و ستودن فضیلت آنان این است که آنان را در مرتبه بعد از پیامبران و بالاتر از مرتبه

شهیدان قرار داده است. در روایتی آمده است که آن حضرت فرمود:

«روز قیامت سه گروه شفاعت می کنند: پیامبران، عالمان، آن گاه شهیدان...».(۵)

۱- مجادله/۱۱.

۲- زمر/۹.

۳- نَوَوی، ج۲، ص۹۵۵، ح۱۳/۱۳۸۹.

۴- نَوَوی، ج۲، ص۹۵۴، ح۱۲/۱۳۸۸.

۵- ناصف، ج ۱، ص ۶۵.

پیامبر خدا صلی الله علیه و آله از مقام معلّم که به مردم خوبیها را می آموزد و آنان را به آنچه در دنیا و آخرت برایشان سودمند است راهنمایی می کند تجلیل کرده و فرموده است که چنین کسی نزد خداوند بزرگ منزلت والایی دارد. خداوند سبحان و فرشتگان او و همه آفریدگان خدا در آسمانها و زمین بر او درود می فرستند. از ابوامامه نقل شده که پیامبر خدا صلی الله علیه و آله فرمود:

«خدا و فرشتگان او و اهل آسمانها و زمینها حتی مور در لانه اش و حتی ماهیان بر آموزگاران خوبیها به مردم درود می فرستند».(1)

از فضیل بن عیاض نیز روایت شده که پیامبر خدا صلی الله علیه و آله فرمود:

«از عالمی که اهل عمل باشد و تعلیم دهد، در ملکوت آسمان ها به بزرگی یاد می شود(2)».

پیامبر صلی الله علیه و آله، خود، نمونه عالی و بی مانند یک معلّم بود و به یارانش تعلیم می داد و آنان را آماده می ساخت که معلّم مردم باشند و به نشر اسلام در بین خود بپردازند و معلّمانی برای نسل های پس از او باشند. آن حضرت فرموده که مأموریت اصلی او که اصولاً برای آن مبعوث گشته آموزش دادن است:

«...من، در حقیقت، برای تعلیم برانگیخته شده ام...(3)».

در حدیثی دیگر آمده است که به عایشه فرمود:

«خداوند متعال مرا برای به رنج افکندن و دشوار ساختن برنیانگیخت بلکه برای تعلیم دادن و آسان ساختن برانگیخت(4)».

قرآن کریم نیز وظیفه اصلی پیامبر صلی الله علیه و آله را تعلیم دادن به مردم دانسته است و

می فرماید:

1- ترمذی، ج 10، ص 158.

2- ترمذی، ج 10، ص 158.

3- ونسنک، ج 4، ص 326.

4- شیبانی، ج 4، ص 257.

«هُوَ الَّذی بَعَثَ فِی الْاُمِّیِّینَ رَسُولاً مِنْهُمْ یَتْلُوا عَلَیْهِمْ ایَاتِهِ وَ یُزَکِّیهِمْ وَ یُعَلِّمُهُمُ الْکِتَابَ وَ الْحِکْمَهَ...».(۱)

«و اوست که در میان بی سوادان پیامبری از خودشان برانگیخت تا آیات او را برایشان بخواند و پاکشان کند و کتاب و حکمت را به آنان بیاموزد».

نیز می فرماید:

« کَمَا اَرْسَلْنَا فیکُمْ رَسُولاً مِنْکُمْ یَتْلُوا عَلَیْکُمْ ایَاتِنَا وَ یُزَکِّیکُمْ وَ یُعَلِّمُکُمُ الْکِتَابَ وَ الْحِکْمَهَ وَ یُعَلِّمُکُمْ مَا لَمْ تَکُونُوا تَعْلَمُونَ».(۲)

«همچنان که در میان شما پیامبری از خودتان فرستادیم تا آیات ما را بر شما بخواند و شما را وارسته گرداند و کتاب و حکمت بیاموزدتان و آنچه را نمی دانستید به شما تعلیم دهد».

یاران پیامبر صلی الله علیه و آله گرداگرد آن حضرت حلقه می زدند و آیات قرآن را که به او وحی می شد می شنیدند و آن ها را می خواندند و حفظ می کردند. به شنیدن سخنان و احادیث خود آن حضرت نیز شور و شوق نشان می دادند و آن ها را از بَر می کردند و برای یکدیگر باز می گفتند و سعی داشتند که هیچ سخنی از سخنان آن بزرگوار از آن ها فوت نشود. در مجلس آن حضرت برای شنیدن سخنانش نوبتی می نشستند و حاضرانِ در آن جلسه شنیده های خود را به کسانی که حضور نداشتند خبر می دادند. تاریخ آموزگاری نظیر پیامبر صلی الله علیه و آله سراغ نداشته است که شاگردانش چنین او را دوست بدارند و به آموختن از او نهایت حرص و ولع را نشان دهند، و کلیّه تعالیم و سخنان و رفتارهای او را با دقّت مطالعه کنند و به بازگو کردنِ درست و بی کم و زیاد آن ها عنایت فوق العاده ورزند. پیامبر خدا صلی الله علیه و آله آنان را به شنیدن احادیثش و بازگفت آن ها برای دیگران تشویق می کرد. از عبداللّه بن مسعود روایت شده است که پیامبر صلی الله علیه و آله فرمود:

«خدای خرّم گرداند آن مردی را که سخنی از ما بشنود و آن را همچنان که شنیده

۱- جمعه/۲.

۲- بقره/۱۵۱.

است به دیگری برساند؛ زیرا، چه بسا کسی که سخن ما به او می رسد دریابنده تر از شنونده باشد»(۱)

از ابوبکر، نیز روایت شده است که پیامبر صلی الله علیه و آله فرمود:

«حاضران به غایبان برسانند؛ زیرا حاضر شاید به کسی برساند که آن سخن را بهتر از او در می یابد»(۲)

پیامبر صلی الله علیه و آله معلّمی تیزبین بود. هر چیزی را که برای یارانش مهم و در امور دین و دنیایشان سودمند بود به آنان می آموخت، و با بیان سرگذشت پیشینیان آن ها را پند و اندرز می داد و نسبت به حوادث زیان بار آینده که پس از آنان رخ خواهد داد، هشدارشان می داد. از ابو زید عمرو بن اخطب انصاری روایت شده است که گفت:

«رسول خدا صلی الله علیه و آله نماز صبح را با ما خواند و سپس منبر رفت، و به ایراد خطبه برای ما پرداخت تا آن که ظهر شد و از منبر پایین آمد و نماز خواند، باز منبر رفت و خطبه خواند تا آن که عصر شد و از منبر فرود آمد و نماز خواند، سپس منبر رفت تا آن که آفتاب غروب کرد، و در این مدت ما را از آنچه بوده و خواهد بود خبر داد؛ بنابراین، داناترین ما کسی است که حافظ تر بوده است»(۳)

ابوذر نیز می گوید:

«رسول خدا صلی الله علیه و آله در حالی از میان ما رفت که اگر پرنده ای در آسمان پر زده بود چیزی از آن به ما آموخته بود»(۴)

پیامبر خدا صلی الله علیه و آله همه چیز را به یارانش تعلیم می داد و هیچ امر کوچک یا بزرگی از امور زندگی آنان یا آنچه برای آخرتشان مفید باشد، نبود مگر این که آن را به ایشان آموخت، برای نمونه، از سلمان نقل شده است که: «کسی به او گفت: پیامبرِ شما همه چیز را حتی مستراح رفتن را به شما یاد داد! و سلمان پاسخ داد: بله، آن

۱- ترمذی، ج ۱۰، ص ۱۲۵.
۲- ناصف، ج ۱، ص ۶۶.
۳- نَوَوی، ج ۲، ص ۱۲۶۲، ح ۵۴/۱۸۶۳.
۴- احمد، ج ۵، ص ۱۵۳، ح ۱۶۲.

حضرت ما را نهی فرمود از این که رو به قبله قضای حاجت کنیم، یا با دست راست استنجا کنیم، یا به کم تر از سه تکّه سنگ استنجا کنیم، یا با سرگین یا استخوان استنجا شود»(۱)

پیامبر صلی الله علیه و آله معلمی مهربان بود و با ملایمت و مهربانی به مردم تعلیم می داد، و با این روش درهای دل و خرد آنان را برای تعالیم خود می گشود تا این تعالیم در جان هایشان رسوخ کند. معاویه بن حکم سلمی درباره پیامبر صلی الله علیه و آله می گوید: «چه

پیش از پیامبر و چه پس از او، هیچ تعلیم دهنده ای را ندیدم که به خوبی او تعلیم دهد»(۲)

راه های یادگیری

اشاره

یادگیری از چند راه ممکن است صورت پذیرد که در احادیث پیامبر صلی الله علیه و آله به چهار راه آن اشاره شده است: تقلید، آزمایش و خطا، شرطی سازی، تفکّر.

۱ – تقلید

یادگیری می تواند از طریق تقلید صورت پذیرد، یعنی شخصی در انجام دادن کاری یا بیان لفظی از شخص دیگری تقلید کند. از همین طریق است که کودک زبان والدینش را و بسیاری از رفتارها و عادات و اخلاق و ویژگیهای شخصیتی را فرا می گیرد. در اشخاص بالغ و بزرگسال نیز بسیاری اوقات یادگیری از طریق تقلید صورت می گیرد. برای مثال، کارگر مهارت های حرفه ای را با تقلید از استادکارش می آموزد. یاران پیامبر صلی الله علیه و آله نیز نحوه انجام مناسک عبادی را از طریق تقلید از آن حضرت می آموختند. ابو حازم بن دینار می گوید که یک بار پیامبر صلی الله علیه و آله روی منبر [به نماز] ایستاد و تکبیر گفت و مردم پشت سر آن حضرت، در حالی که همچنان روی

۱- ابوداود، ج ۱، ح ۷.

۲- شیبانی، ج ۲، ص ۲۵۲.

منبر ایستاده بود، تکبیر گفتند، سپس پیامبر به رکوع رفت و بعد پایین آمد و واپس رفت تا آن که در بیخ منبر سجده کرد، سپس بر گشت تا آن که نماز را تمام کرد، آن گاه رو به مردم نمود و فرمود:

«من این کار را انجام دادم تا شما به من اقتدا کنید و نمازم را یاد بگیرید(۱)».

از ابو زبیر نیز روایت شده است که گفت: شنیدم جابر می گوید: پیامبر صلی الله علیه و آله را دیدم که در روز عید قربان سوار بر شترش رمی جمره می کند، و می فرماید:

«برای این که مناسک خود را از من فراگیرید، زیرا نمی دانم، شاید این آخرین حجّ من باشد(۲)».

پیامبر صلی الله علیه و آله الگوی خوبی برای یارانش بود و آنان از رفتار و گفتار آن حضرت الگو می گرفتند. خداوند بزرگ ما را به الگو گرفتن از پیامبر صلی الله علیه و آله فرمان داده است:

«لَقَدْ کَانَ لَکُمْ فی رَسُولِ اللّه ِ اُسْوَهٌ حَسَنَهٌ لِمَنْ کَانَ یَرْجُوا اللّه َ وَ الْیَوْمَ الْاخِرَ وَ ذَکَرَ اللّه َ کَثیرًا».(۳)

«شما را در شیوه پیامبر خدا الگوی نیکویی است، برای کسی که به خدا و روز بازپسین امید می دارد و یاد خدا بسیار کند».

پیامبر صلی الله علیه و آله عالی ترین نمونه انسان کامل در همه رفتارهایش بود، و یارانش تنها در عبادات و آیین های دینی به او اقتدا نمی کردند بلکه در همه رفتارهای روزمرّه از آن حضرت تبعیت می کردند. این امر به تغییر چشمگیری در رفتار و شخصیّت آن ها انجامید و در نتیجه، به بهترین مردانی که تاریخ به خود دیده است تبدیل شدند، بهترین قهرمانانی که پرچم اسلام را به دوش کشیدند، و دعوت آن را در جهان منتشر کردند. آنان نمونه های کم مانندی از انسانیّت بودند که شایسته الگو قرار گرفتن و پیروی شدن هستند.

۱- شیبانی، ج ۲، ص ۲۷۴.

۲- احمد، ج ۳، ص ۳۱۸، ۳۲۷، ۳۶۶، ۳۷۸.

۳- احزاب/۲۱.

۲ – آزمایش و خطا

انسـان از طریق تجربه شخصـی و کوشـش برای حـل مشـکلات جدیـدی که برایش پیش می آیـد، نیز به یادگیری می پردازد. گـاهی اوقـات در آغـاز کـار دچـار خطا می شود امّا دوباره می آزمایـد و تلاش می کنـد. ممکن است بارها خطا کنـد و بارها بیازماید و تلاش نماید تا این که سـرانجام به راه حل درست مشـکل دست یابد. این روش را در یادگیری، آزمایش و خطا می گوینـد. مـا در زنـدگی خود بسـیاری از کارها و حرکت هایمان را با این روش می آموزیم. قرآن کریم به این روش یادگیری اشـاره کرده است، آن جـا که خداونـد متعـال انسـان را به نگریسـتن در هستی و مشاهـده و تفکر در آفریـده های خـدا تشویق فرموده است. هم این هـا در واقع، انسـان را به یـادگیری از طریق آزمـایش و خطا می کشانـد. ما در کتاب قرآن و روانشناسـی آنچه را در قرآن کریم پیرامون یادگیری از طریق آزمایش و خطا آمده است بررسی کرده ایم(۱)

پیامبر اکرم صـلی الله علیه و آله نیز، در حدیث مربوط به تلقیح درختان خرما، به یادگیری از طریق آزمایش و خطا اشاره کرده است. طلحه بن عبداللّه می گوید:

با پیامبر خدا صلی الله علیه و آله بر عده ای که بالای درختان خرما بودند، گذشتیم، حضرت پرسید:

«اینان چه می کننـد؟» عرض کردنـد: تلقیح می کنند. نر را داخل ماده قرار می دهند و درخت بارور می شود. پیامبر خدا صـلی الله علیه و آله فرمود: «گمان نمی کنم این کار فایـده ای داشـته باشـد». این سـخن به آن عـدّه خبر داده شد، کار را رها کردند. خبر به رسول خـدا صـلی الله علیه و آله دادند، فرمود: «اگر این کار برایشان سودمند است انجامش دهند؛ من فقط گمانی زدم. پس مرا به گمان موأخـذه مکنیـد، بلکه هر گاه از جانب خدا چیزی برای شـما گفتم آن را بگیرید زیرا من هرگز بر خدا دروغ نمی بندم». در روایتی دیگر آمده است: «شما خود، به امور دنیایتان داناترید(۲)».

۱- محمد عثمان نجاتی، القرآن و علم النفس، ص ۱۵۱ – ۱۵۲.

۲- مسلم، ج ۱۵، ص ۱۱۶ – ۱۱۸.

این جمله پیامبر صلی الله علیه و آله که: «اگر برایشان سودمند است انجامش دهند» و «شما به امور دنیایتان داناترید» در واقع اشاره به یادگیری از طریق آزمایش و خطا، و تجربه شخصی دارد. از این طریق، انسان پاسخ های جدیدی برای وضعیت های جدیدی که با آن ها رو به رو می شود فرا می گیرد و راه حل های مفیدی برای مشکلات زندگی خود می آموزد.

پیامبر صلی الله علیه و آله به اهمیت تجربه شخصی در یادگیری اشاره کرده است. از ابوسعید روایت شده است که پیامبر صلی الله علیه و آله فرمود:

«هیچ بردباری نیست مگر آن که لغزشی دارد، و هیچ حکیمی نیست مگر آن که تجربه دارد(۱)».

جمله اخیر حضرت که: «هیچ حکیمی نیست مگر آن که تجربه دارد» اشاره به اهمیت تجربه شخصی و آزمایش و خطا در امر یادگیری دارد؛ زیرا شخص حکیم تنها از طریق تجربه است که به حکمتش می رسد، و این تجربه متضمّن آزمایش ها و تلاش های فراوانی است که شخص به آن ها دست زده تا به شناخت درست، که همان حکمت باشد نایل آمده است.

۳ - شرطی سازی

انسان از راه شرطی سازی (Conditioning) نیز به یادگیری می پردازد. یادگیری از طریق شرطی سازی زمانی رخ می دهد که یک محرک حسّی در او اثر می گذارد و شخص پاسخ معینی، همراه با محرکی بی طرف، به آن محرک می دهد. سپس این همراهی و اقتران چند بار تکرار می شود و از آن پس، محرک بی طرف می تواند، در نبود محرک حسّی، همان پاسخی را ایجاد کند که در اصل محرک حسّی آن را ایجاد

می کرده است.مثال سنّتی برای توضیح یادیگری از راه شرطی سازی آزمایش معروف فیزیولوژیست بلند آوازه روس، ایوان پاولوف (Ivan Pavlov) است که

ص:۱۵۶

۱- ناصف، ج ۵، ص ۶۴.

همزمان با گذاشتن اندکی غذا در دهان سگ زنگی را به صدا در می آورد. پس از آن که این عمل چندین بار تکرار شد، بدون آن که غذایی در دهان سگ گذاشته شود. ملاحظه شد به محض شنیدن صدای زنگ، بزاق سگ ترشح می کند. بدین ترتیب تغییر آشکاری در رفتار سگ پدید آمد. سگ اکنون به صدای زنگ پاسخ جدیدی می داد یعنی با ترشح بزاق به صدای زنگ پاسخ می داد.

روان شناس امریکایی جان واتسون (John Watson) در همین مورد آزمایشی دیگر انجام داد. او موش سفید را در اختیار یک کودک قرار داد اما کودک ترسی از آن نشان نداد. در مرحله بعد، هر وقت آن کودک خواست دستش را به طرف موش ببرد تا با آن بازی کند واتسون با قطعه ای آهن صدای بلندی ایجاد می کرد که موجب ترس کودک می شد. این عمل چندین بار تکرار شد. از آن پس، کودک نه تنها از موش بلکه ز هر حیوانی شبیه موش می ترسید. ترس کودک از موش، در این مثال، در واقع یک ترسِ آموخته است که کودک بر اثر تکرارِ همراهیِ موش با ترس ناشی از صدای شدید آن را آموخته بود، در صورتی که پیش از اجرای این آزمایش از موش نمی ترسید.

در آزمایش های شرطی سازی همراهی محرّک (محرّک غیر شرطی) که پاسخ طبیعی را پاسخ غیر شرطی ایجاد می کند، با محرک بی طرف محرک شرطی باید بارها تکرار شود تا محرک بی طرف قدرت ایجاد پاسخ را (پاسخ شرطی) کسب کند. با این حال، و علی رغم اهمیت تکرار در آزمایش های شرطی سازی، این امکان وجود دارد که با یک بار هم شرطی سازی به وجود آید؛ این در صورتی است که محرک اصلی (غیر شرطی) پاسخی همراه با درد شدید یا هیجان شدید ایجاد کرده باشد. برای مثال، وقتی کودک دستش را به طرف شعله شمع دراز کند تاآن را بگیرد، دستش می سوزد و احساس درد شدید می کند به طوری که بی اختیار دستش را عقب می کشد. از آن پس هرگاه کودک شعله شمع را ببیند از آن دوری می کند، و نیازی ندارد که دستش چندین بار بسوزد تا دوری گزیدن از آتش را یاد بگیرد. پیامبر

خدا صلی الله علیه و آله، در حدیثی که از آن حضرت روایت شده، از این واقعیت چنین تعبیر کرده است:

«مؤمن از یک سوراخ دو بار گزیده نمی شود».(۱)

۴ – تفکّر

یکی دیگر از راه های یادگیری «تفکّر» است. از طریق تفکّر انسان می تواند بسیاری از مشکلاتش را حل کند؛ زیرا به وسیله تفکر انسان می تواند اشیا را با یکدیگر بسنجد و وجوه اختلاف یا تشابه آن ها را بشناسد و روابط میان آن ها را کشف کند. هم چنین می تواند از برخی مقدمات نتایج جدیدی را استنتاج نماید. به وسیله تفکر انسان می تواند مشاهدات و اطلاعات پیشین خود را طوری تنظیم کند که از آن ها اطلاعات جدیدی به دست آورد. به همین دلیل، برخی روان شناسان معتقدند که تفکّر عالی ترین فرایند یادگیری است. ما در فصل گذشته به موضوع تفکر از دیدگاه احادیث پرداختیم.

تفکّر، در حقیقت، چیزی نیست جز نوعی آزمایش و خطا که در سطح ذهن انجام می گیرد، و این همان وجه امتیاز انسان بر حیوان است؛ چرا که حیوان در سطح حسی و حرکتی عینی دست به آزمایش و خطا می زند، در حالی که انسان در عرصه ذهن این کار را می کند. برای مثال، در حلّ یک مسأله ریاضی، انسان، با تفکر راهی را در نظر می گیرد، بعد متوجه می شود که آن راه حلّ مناسب نیست، و به راه حل دیگری می اندیشد، و به همین ترتیب پیش می رود تا آن که راه درست را می یابد.

طرح پرسش و بحث و گفتگو، به برانگیختن تفکّر و سرعت یادگیری کمک می کند.خداوند بزرگ ما را به مشورت با متخصصان و پرسیدن از آن ها، به عنوان یک شیوه مهم در فرا گرفتن علم و دانش، امر کرده است. می فرماید:

۱- ناصف، ج۵، ص ۷۰؛ شیبانی، ج۴، ص۳۰۷.

«فَسْئَلُوا اَهْلَ الذِّکْرِ اِنْ کُنْتُمْ لاَ تَعْلَمُونَ».(۱)

«از یاد داران(۲) پرسید اگر خود نمی دانید».

پیامبر صلی الله علیه و آله با طرح پرسش از یارانش پیرامون موضوعاتی خاصّ آنان را تعلیم می داد.

آن حضرت با این روش تفکر اصحابش را به کوشش برای یافتن پاسخ سؤالاتش بر می انگیخت، و پس از آن که در موضوع این پرسشها می اندیشیدند، خود حضرت پاسخ صحیح را به آنان می داد و اطلاعاتی را که می خواست به آنان بیاموزد در اختیارشان می نهاد.برای مثال، در روایتی آمده است که پیامبر صلی الله علیه و آله فرمود:

«در میان درختان درختی وجود دارد که برگ هایش نمی ریزد، و همانند مسلمان است. به من بگویید آن چه درختی است». مردم ذهنشان به طرف درختان بیابانی رفت.

عبداللّه بن عمر گرفت: من حدس زدم که درخت خرما باشد اما خجالت کشیدم بگویم. اصحاب عرض کردند: خودتان بگویید ای رسول خدا.

فرمود: «درخت خرما».(۳)

در این حدیث، پیامبر خدا صلی الله علیه و آله برای انگیختن تفکر یارانش سؤالی را مطرح کرد، سپس درباره صفات و خصلت های مسلمان که او را از دیگر مردم متمایز می سازد به

آنان آموزش داد، بدین وسیله آموخت که مسلمان همانند درخت خرما استوار و دارای ریشه های عمیق است و از عقیده ای استوار و راسخ و ریشه دار برخوردار است. مانند درخت خرما محکم و راست کردار است، و از نظر اعمال نیک و شایسته، پربار است چنان که درخت خرما پر بار است.

نمونه دیگر نیز که نشان می دهد پیامبر صلی الله علیه و آله برای آموختن به یارانش از روش

۱- انبیاء/۷.

۲- مراد از اهل ذکر یا یادداران، اهل کتاب، پیروان تورات و انجیل است.

۳- بخاری، ج ۱، ح ۶۱.

پرسشگری استفاده می کرده روایتی است که می گوید آن حضرت پرسید:

«آیا می دانید مفلس کیست؟» یاران عرض کردند: ما به کسی مفلس می گوییم که نه درهمی دارد و نه کالایی. حضرت فرمود: «مفلس از امّت من کسی است که روز قیامت نماز و روزه و زکات با خود بیاورد، اما از سوی دیگر یکی را دشنام داده باشد، به دیگری تهمت زده باشد، مال این یکی را خورده، خون آن یکی را ریخته و آن دیگری را کتک زده باشد، بدان سبب از کارهای نیک و ثواب های او به این و آن دهند و ثواب هایش که تمام شد، پیش از آن که حکم در باره اش صادر شود، از گناهان آنان برداشته و به حساب او گذاشته شود و سپس او را در آتش افکنند».(۱)

در این حدیث، پیامبر صلی الله علیه و آله معنای جدیدی از مفلس به یارانش می آموزد. در این معنا، مفلس کسی نیست که بی پول و کالا باشد بلکه مفلس کسی است که در روز حسابرسی، گناهانش بسیار و نیکی ها و ثواب هایش اندک باشد.

پیامبر صلی الله علیه و آله به اهمیت پرسش در تحصیل علم اشاره کرده است، آن جا که می فرماید:

«اگر پرسش نبود دانش از بین می رفت».(۲)

پرسش کردن از کسانی که دانش یا تجربه ای دارند به تحصیل دانش و شناخت می انجامد و به نادانی خاتمه می دهد. جابر روایت کرده است که با گروهی از صحابه به سفری رفت، در راه سنگی به سر یکی از آنان خورد و سرش شکست، و بعد هم محتلم شد. از همسفرانش پرسید که آیا مجاز است تیمم کند. آن ها گفتند: نه، و آن مرد غسل کرد و بر اثر آن مُرد. چون نزد رسول خدا صلی الله علیه و آله آمدند و ماجرا را به حضرت گفتند، فرمود:

«او را کشتند، خدایشان بکُشد.چرا آن ها که نمی دانستند سؤال نکردند. شفای

۱- نَوَوی، ج ۱، ص ۲۴۱، ح ۱۶/۲۲۰.

۲- ونسنک، ج ۲، ص ۳۸۲.

نادانی پرسیدن است...».(۱)

اصول یادگیری در حدیث

اشاره

یادگیری، مبانی و اصولی دارد که هرگاه، این اصول تحقق یابند کار یادگیری به راحتی و آسانی صورت می پذیرد، اما اگر تحقق نیابند یادگیری ممکن است اصلاً صورت نگیرد و یا با دشواری و کندی انجام پذیرد. روان شناسان جدید به بررسی تجربی فرایند یادگیری اهتمام ورزیده اند و در این زمینه دست به آزمایش های بسیاری زده اند و به تعریف دقیقی از این مبانی و اصول رسیده اند. نگارنده، پیش از این، در کتاب قرآن و روان شناسی توضیح داده است که قرآن کریم، چهارده قرن پیش از آن که روان شناسان جدید اصول یادگیری را کشف کنند، بسیاری از این اصول را برای اصلاح رفتار مردم، و تربیت روانی و ساختن شخصیت آنان به کار گرفته است.(۲) پیامبر صلی الله علیه و آله نیز در تربیت روان یارانش، و اصلاح رفتار و ساختن شخصیت آنان، و در نشر دعوت اسلام در بین مردم این اصول را به کار گرفت. در این جا اصول یادگیری را که پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله آن ها را در زمینه نشر دعوت اسلام و آموزش و راهنمایی و ارشاد یارانش پیاده کرد، بررسی می کنیم:

۱ - انگیزه

اشاره

انگیزه، اصل مهمّی از اصول یادگیری است؛ زیرا، انسان، و هم چنین حیوان، معمولاً زمانی به یادگیری می پردازد که مشکلی را احساس کند و آن مشکل او را برانگیزد تا در جستجوی حلّ آن برآید. بسیاری از آزمایش های تجربی اهمیّت انگیزه را در امر یادگیری ثابت کرده است. نتایج این آزمایش ها نشان می دهد که در

۱- ابو داود، ج ۱، ح ۳۲۶.

۲- محمد عثمان نجاتی، القرآن و علم النفس، ص ۱۴۵ - ۱۸۰.

صورت وجود انگیزه، یادگیری سریع و به نحو کارآمد صورت می پذیرد.(۱) انگیزه یادگیری در انسان را هم از دو طریق تشویق و تهدید و کمک گرفتن از داستان گویی می توان برانگیخت.

الف – برانگیختن انگیزه با تشویق و تهدید

قرآن کریم برای تحریک انگیزه در مردم برای ایمان آوردن به خدا و پیامبر او و پیروی از آموزه های اسلام و انجام دادن عبادات واجب و دوری کردن از گناهان و بدی ها و هر آنچه خداوند بزرگ نهی کرده، و پیمودن مسیر درست و پیشه کردن تقوا، روش تشویق و تهدید را به کار گرفته است. پیامبر صلی الله علیه و آله نیز به همین منظور از تشویق و تهدید کمک جسته است.

در نخستین روزهای ظهور اسلام، اهتمام پیامبر صلی الله علیه و آله متوجه دعوت به عقیده توحید و رهایی از شرک بود و در این راه، با وعده پاداش بزرگ در آخرت و رفتن به بهشت، مردم را سخت تشویق می کرد. از ابوذر نقل شده است که پیامبر صلی الله علیه و آلهفرمود:

«جبرئیل علیه السلام نزد من آمد و بشارتم داد که هر کس از امّت تو بمیرد و به خدا شرک نیاورده باشد به بهشت رود». عرض کردم: اگر چه زنا کرده باشد، اگر چه دزدی کرده باشد؟

فرمود: «اگر چه زنا کرده باشد، اگر چه دزدی کرده باشد». دوباره، عرض کردم: اگر چه زنا کرده باشد، اگر چه دزدی کرده باشد؟

فرمود: «اگر چه زنا کرده باشد، اگر چه دزدی کرده باشد»، و بار چهارم فرمود: «هر چند ابوذر خوش نداشته باشد».(۲)

در این حدیث، مردم برای درآمدن به اسلام و گرویدن به خدای یگانه بی انباز سخت تشویق شده اند، و به کسانی که چنین کنند وعده رفتن به بهشت داده شده

۱– محمد عثمان نجاتی، علم النفس فی حیاتنا الیومیه، ص۱۵۳ – ۱۵۵.

۲– ناصف، ج۱، ص ۳۱.

است، هر چند گناه و معصیت کرده باشند. این روش، در آغاز دعوت اسلام و پیش از نازل شدن قوانین و احکام، مشوّقی بود برای ورود مردم به اسلام.

احادیث فراوانی وجود دارد که مردم را به پذیرش اسلام و گرویدن به عقیده توحید تشویق می کنند، و در آن ها، پیامبر صلی الله علیه و آله کسانی را که به اسلام بگروند و به عقیده توحید ایمان آورند وعده نجات از آتش دوزخ و نایل گشتن به نعمت بهشت می دهد. از اَنس روایت شده است که پیامبر صلی الله علیه و آله فرمود:

«کسی که لا اله الاّ اللّه بگوید و در دلش به اندازه یک جو ایمان باشد، از آتش نجات یابدلا کسی که لا اله الاّ اللّه بگوید و در دلش به اندازه یک دانه گندم ایمان

باشد از آتش نجات یابد. و کسی که لا اله الاّ اللّه بگوید و در دلش به وزن ذره ای ایمان باشد از آتش نجات یابد».(۱)

در این حدیث، پیامبر صلی الله علیه و آله مردم را به توحید تشویق می کند؛ زیرا که پاداش گرویدن به توحید را رهیدن از آتش و رفتن به بهشت قرار می دهد هر چند به سبب ترک پاره ای واجبات یا انجام دادن برخی محرّمات نقص ایمان داشته باشد. از تعبیر یک جو یا یک دانه گندم یا یک ذرّه جز این چیزی فهمیده نمی شود».(۲)

از جابر نیز روایت شده است که گفت:

مردی نزد پیامبر صلی الله علیه و آله آمد و گفت: ای پیامبر خدا، دو ایجاب کننده(۳) کدام است؟ فرمود :

«هر کس بمیرد و به خدا شرک نورزیده باشد به بهشت رود، و هر کس بمیرد و به خدا شرک ورزیده باشد به دوزخ رود».(۴)

پیامبر صلی الله علیه و آله فقط برای گرویدن به عقیده توحید از مشوّق رفتن به بهشت استفاده نکرد بلکه برای ایمان آوردن به پیامبران الهی و کتاب های او و فرشتگانش و زندگی

۱- ناصف، ج ۱، ص ۳۲.
۲- ناصف، ج ۱، ص ۳۲، پ ۱۳.
۳- یعنی دو امری که یکی از آن ها موجب رفتن به بهشت شود و دیگری موجب رفتن به دوزخ.
۴- ناصف، ج ۱، ص ۳۳.

آخرت و حساب روز قیامت و بهشت و دوزخ نیز از این عامل تشویقی بهره جست. برای نمونه از عباده بن صامت روایت شده است که پیامبر صلی الله علیه و آله فرمود:

«هر کس گواهی دهد که معبودی جز خدای یگانه بی انباز نیست، و محمد بنده و فرستاده اوست، و عیسی بنده خدا و فرستاده او و کلمه اوست که در درون مریم افکند و روحی از جانب خداست، و گواهی دهد که بهشت و دوزخ راست است، خداوند او را، با وجود هر گناهی که کرده باشد، به بهشت برد».(۱)

آن حضرت، هم چنین، مسلمانان را به انجام دادن عبادات و دوری از گناهان بزرگ تشویق کرده است. از ابو هریره و ابوسعید روایت شده است که رسول خدا صلی الله علیه و آله فرمود:

«هر بنده ای نمازهای پنج گانه را به جا آورد، و ماه رمضان روزه بگیرد، و زکات بدهد و از هفت گناهان بزرگ دوری کند درهای بهشت به رویش باز گردد و به او گفته شود: به سلامت وارد شو».(۲)

پیامبر صلی الله علیه و آله به انجام دادن کارهای نیک و شایسته و دوری گزیدن از بدی ها و رفتارهای ناپسند نیز تشویق کرده است. برای مثال، از قول خداوند عزّوجل می گوید:

«خدای عزّوجل فرمود: برای بندگان شایسته ام چیزهایی را آماده کرده ام و اندوخته ام که هیچ چشمی ندیده و هیچ گوشی نشنیده و بر دل هیچ بشری خطور نکرده است که با آنچه [از نعمت های دنیا] خداوند شما را بر آن ها مطلع کرده است قابل قیاس نمی باشد» حضرت سپس این آیه را تلاوت فرمود: پس کس نداند که به پاداش آنچه انجام دهند برایشان چه روشنی چشمی نهان داشته اند».(۳)

۱- ناصف، »۱، ص ۳۰ - ۳۱.
۲- ناصف، ج۲، ص۵ - ۶. هفت گناه بزرگ عبارتند از: شرک به خدا، قتل نفس محترمه مگر آن که مستحق باشد، خوردن مال یتیم، رباخواری، جادوگری، گریختن از میدان جهاد، و تهمت زدن به زنان شوهردار مؤمن و پاکدامن.
۳- ناصف، ج۵، ص۲۱۱.

ابن عبـاس نیز نقل می کنـد که پیامبر صـلی الله علیه و آله در حـدیثی قدسـی که آن را از پروردگار بزرگش روایت می کنـد، فرمود:

«خداونـد خوبی هـا و بـدی ها را [در لوح محفوظ] نوشت، سـپس آن ها را [برای فرشـتگان و مردمان] بیان داشت. پس هر که قصـد کار نیکی کنـد و آن را انجام ندهد خداوند برای او یک کار نیک کامل نویسد، و اگر قصد آن کرد و انجامش هم داد خداوند عزّوجل برایش ده کار نیک و پاداش نویسد تا هفتاد برابر و بلکه چندین و چند برابر. و اگر قصد کار بدی کند امّا آن را انجام ندهـد خداونـد برایش یک کار نیک کامل نویسـد، و اگر قصد آن کند و انجامش دهد خداوند برایش تنها یک کار بد نویسد».(۱)

پیـامبر صـلی الله علیه و آله همچون قرآن کریم، برای برانگیختن انگیزه اطاعت از خـدا و پیامبر صـلی الله علیه و آله در مردم، و انجام دادن عبادات و تکالیف دینی، و دوری کردن از گناهان، و پرهیز از آنچه خدا و پیامبر صـلی الله علیه و آله نهی کرده اند شیوه تهدید را نیز به کار گرفته است. اسـتفاده از عنصـر تشویق و تهدید با هم تأثیر بیش تری دارد تا استفاده از یکی از آن ها؛ زیرا، تشویق تنهـا ممکن است باعث شود که مردم بیش از انـدازه به آمرزش الهی امیـدوار شونـد و در آرزوی رفتن به بهشـت زیـاده روی کننـد و در نتیجه، پشـتگرم و آسوده خـاطر شونـد و از این رو در انجـام دادن برخی از واجبات و تکالیف کوتاهی ورزند. در همین خصوص، پیامبر صلی الله علیه و آله فرموده است:

«ایمـان به آرزو نیست، بلکه ایمـان آن است که در دل جرقه زنـد و عمـل آن را تأییـد کنـد. گروهی از مردم چنـان به آمرزش الهی امیـد بسـتند که بی هیچ کار نیکی از دنیا رفتند، و گفتند: ما به خدا گمان نیک داریم. در حالی که دروغ می گفتند. اگر به خدا گمان نیک داشتند کردار نیک می کردند».(۲)

تهدید تنها نیز ممکن است برخی مردم را از رحمت خدا نومید کند و امید به

۱- ناصف، ج۱، ص۵۲.

۲- البهی الخولی، آدم علیه السلام، فلسفه تقویم الانسان و اخلاقه، ص ۱۸۵.

بهشت را از دست بدهند و در نتیجه، وظایف و تکالیف الهی خود را کنار بگذارند و ای بسا که مرتکب گناهانی شوند. بنابراین، امیدواری بیش از اندازه و نومیدی بیش از حد، هر دو، زیانبارند. شاید حدیث ذیل از پیامبر صلی الله علیه و آله متضمن همین معنا باشد:

«اگر مؤمن از کیفری که نزد خدا وجود دارد آگاه می بود هیچ کس در بهشت او طمع نمی کرد، و اگر کافر از رحمتی که نزد خدا هست آگاه می بود هیچ کافری از بهشت او نومید نمی شد».(۱)

استفاده توأمان از تشویق و تهدید منجرّ به تحریک انگیزه و جهت دادن به آن در سمت هدف مطلوب می شود بدون آن که افراط در امید دادن یا افراط در نومید کردن از شدت انگیزه بکاهد. تشویق به پاداش الهی باعث نابودی یأس از رحمت او می شود، و تهدید و ترساندن از کیفر خداوند موجب می شود که شخص بیهوده تمنای رحمت او را نکند.

ب – برانگیختن انگیزه با داستان

داستان توجّه را جلب می کند و میلِ به شنیدن و شوق به پیگیری حوادث را برمی انگیزد. به همین دلیل، از دیرباز در همه جوامع استفاده از داستان گویی برای تعلیم و تربیت امری مرسوم بوده است. قرآن کریم، برای تربیت روانی مردم و موعظه و ارشاد آنان و آموزش دادن بسیاری از عوامل عبرت آمیز و خردآموز به آن ها، از داستان استفاده کرده است. قرآن کریم به تأثیر تربیتی داستان اجمالاً اشاره

کرده است آن جا که می فرماید:

«لَقَدْ كَانَ فی قَصَصِهِمْ عِبْرَةٌ لِأُولِی الْأَلْبَابِ...».(۲)

«راستی که در داستانشان خردمندان را پندی است...»

۱- نَوَوی، ج۱، ص ۴۰۰، ح۱/۴۴۴.

۲- یوسف /۱۱۱. درباره بهره گیری قرآن کریم از داستان برای تحریک انگیزه، در کتاب قرآن و روان شناسی، ص ۱۶۰ – ۱۶۱، بحث کرده ایم.

پیامبر خـدا صـلی الله علیه و آله نیز برای تربیت روانی یاران و پیروانش از داسـتان کمک گرفته است. داسـتان تأثیر فراوانی در جلب تـوجه آنـان و تشویـق به گوش دادن، برای فرا گرفتن پنـدها و حکمت هـای نهفته در داسـتان، داشت. آن حضـرت برای بسـیاری از اهداف تربیتی از داستان کمک می گرفت، اهدافی مانند آموختن ارزش ایمان به خدای یگانه و شرک نورزیدن به او، و ایمان آوردن به پیامبر او صلی الله علیه و آله و مهربانی و

خوشـرفتاری بـا مردم، یـاری رسانـدن به آنـان، مهر آوردن بر تهیدسـتان و کمـک کردن به آن هـا، مهربـان بودن بـا حیوانات، پیمـودن مسیر تقـوا و کردار شایسـته بـه خـاطر خـدا و جلـب خشـنودی او، آراسـته شـدن به اخلاـق و صـفات پسـندیده مـانند بخشـندگی و راسـتگویی و دیگر خصـال پسـندیده ای که مؤمن بایـد به آن ها آراسـته باشـد. از نمونه داسـتان هایی که ارزش ایمان به خـدای یگانه و شـرک نورزیـدن به او، و ایمان آوردن به پیامبرش صـلی الله علیه و آله را برای مردم روشن می سازد، روایت زیر است که پیامبر خدا صلی الله علیه و آله فرمود:

«روز قیـامت خداونـد عزّوجـل مردی از امّت مرا در پیش چشم خلایق گزینش خواهـد کرد و نود ونه طومار برایش باز خواهد کرد که هر طوماری تا آن جاسب که چشم کار می کند آن گاه خداوند فرماید: آیا از این نوشته ها چیزی را انکار داری؟ آیا

فرشـتگان نویسـنده اعمال به تو سـتم کرده اند؟ آن مرد گوید: نه ای خداوندگار من. خداوند فرماید: آیا عذری داری؟ گوید: نه ای خداونـدگار. خداوند عزّوجل فرماید: اما تو را نزد من ثوابی است، و امروز بر تو سـتمی نرود. پس برگه ای بیرون آورده شـود که در آن نوشـته شـده است: گـواهی می دهم که معبـودی جز خـدای یکتـا نیست، و گواهی می دهم که محمـد پیـامبر خداست. سـپس فرماید: ترازویت را حاضـر کن. او گوید: پروردگارا، با وجود این طومارها از این برگه چه کار آید؟ خداوند فرماید: به تو

هیـچ سـتم نخواهد شد. آن گاه طومارها در یک کفه نهاده شود و آن برگه در کفّه دیگر و کفّه طومارها بالا رود و کفّه برگه سنگینی کند. آری، هیچ چیز از نام خداوند بزرگ

سنگین تر نیست».(۱)

نمونه داستان دیگری که طیّ آن پیامبر صلی الله علیه و آله رحم کردن به مردم و کمک کردن به نیازمند و دستگیری از غمزدگان را به یارانش آموزش می دهد، روایتی است که ابوهریره از رسول خدا صلی الله علیه و آله نقل کرده است:

«مردی بود که به مردم قرض می داد، و به غلامش می گفت: هر گاه نزد بدهکاری رفتی و دیدی تنگ دست است از او گذشت کن، باشد که خداوند نیز از ما گذشت کند، و چون از دنیا رفت خدا هم از او گذشت کرد».(۲)

داستان دیگری که مهربانی با حیوانات را به اصحاب می آموزد، این است که پیامبر صلی الله علیه و آله فرمود:

«مردی در راهی می رفت که سخت تشنه شد. به چاهی رسید و داخل آن رفت و آب خورد و بالا آمد. سگی را دید که از شدّت تشنگی خاک های نمناک را می خورد. با خود گفت: این سگ بیچاره هم مثل من تشنه شده است. دوباره داخل چاه رفت و کفش خود را پر آب کرد و آن را به دهان گرفت و بالا آمد و به سگ آب داد. خداوند متعال برای قدردانی از این کار او را آمرزید». صحابه عرض کردند:

ای پیامبر خدا، برای حیوانات هم به ما اجر داده می شود؟ حضرت فرمود: «برای سیراب کردن هر جگر تشنه ای اجر داده می شود».(۳)

در روایت دیگری آمده است که پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله فرمود:

«زنی به سبب آن که گربه ای را بسته بود و نه خودش به آن غذا می داد و نه می گذاشت که از علف های زمین بخورد، به جهنم رفت».(۴)

داستان دیگری که به تقوا پیشگی و انجام دادن کار نیک برای رضای خدا، مانند نیکی کردن به والدین، مبارزه با نفس برای تسلّط بر امیال و شهوات، و دوری کردن

۱- شیبانی، ج۴، ص۱۱۳ – ۱۱۴.

۲- نَوَوی، ج۲، ص۹۴۵، ح ۴/۱۳۷۱.

۳- شیبانی، ج۲، ص۱۱۴.

۴- شیبانی، ج۲، ص۱۱۴.

از معاصی و گناهان از ترس خدا، و برگرداند امانت به صاحبش، تشویق می کند، روایتی است که در آن پیامبر صلی الله علیه و آله فرمود:

«سه نفر در راهی می رفتند که آن ها را باران گرفت. به غاری در یک کوه پناه بردند. ناگاه تخته سنگی از بالای کوه فرود آمد و بر دهانه غار قرار گرفت و آن ها را محبوس کرد. به یکدیگر گفتند: هر یک از ما فکر کند ببیند چه کار نیکی برای خدا انجام داده است خدا را به حق آن دعا کند شاید تخته سنگ کنار برود. یکی گفت: خدایا، من پدر و مادری پیر و فرتوت و تعدادی کودک خردسال داشتم که سرپرستی آن ها می کردم. شب هنگام که به خانه می آمدم شیر می دوشیدم و نخست به پدر و مادرم می دادم که بخورند وسپس به فرزندانم. یک روز دیر کردم و وقتی به خانه آمدم شب شده بود و دیدم پدر ومادرم خوابیده اند طبق معمول شیر دوشیدم وآمدم بالا سر آن ها ایستادم و دلم نیامد از خواب بیدارشان کنم؛ دوست هم نداشتم که پیش از آن ها به بچه هایم بخورانم. بچه ها از گرسنگی پیش پای من گریه و زاری می کردند تا آن که سپیده صبح زد. حال اگر می دانی که من این کار را برای رضای تو کرده ام روزنه ای بگشای که از آن آسمان را ببینیم. خداوند روزنه ای ایجاد کرد وآن ها آسمان را دیدند. دیگری گفت: خدایا، من دختر عمویی داشتم که عاشقش بودم و از او کام خواستم اما او مخالفت کرد. من صد دینار به او دادم و اصرار کردم تا بالاخره راضی شد.چون نشستم تا کام بر گیرم، گفت: ای بنده خدا، از خدا بترس و مُهرم را جز به حلال مگشای. من برخاستم. حال [ای خداوند] اگر می دانی که من این کار را محض رضای تو انجام داده ام اندکی دیگر سنگ را کنار زن و سنگ کمی کنار رفت. سومی گفت: خدایا، من کارگری را به یک پیمانه برنج اجیر کرده بودم. کارش را که تمام کرد گفت: مُزدم را بده. من مزدش را دادم اما او گفت کم است و قبول نکرد. من با همان یک پیمانه برنج کشت و زرع کردم تا جایی که از درآمد آن یک گلّه گاو با چوپان های آن ها را خریداری کردم. آن کارگر بار دیگر نزد من آمد و گفت: از خدا بترس [و مزدم

را بده]گفتم: برو آن گاوها و چوپان هایشان را بردار. گفت: از خدا بترس و مرا مسخره

مکن. گفتم: مسخره ات نمی کنم. برو بردار. و او رفت و آن ها را با خود برد. حال [ای خداوند] اگر می دانی که من این کار را محض رضای تو انجام دادم بقیه در غار را هم بگشای، و تخته سنگ کاملاً کنار رفت و آن ها بیرون آمدند و رفتند».(۱)

داستان دیگری که ذیلاً می آید هدفش تشویق مسلمانان به خودداری از شرب خمر است. حوادثی که در این داستان آمده طبیعی است که شنوندگان را به زیان های شراب و ضرورت خودداری از نوشیدن آن متقاعد سازد، چرا که نوشیدن شراب عقل را زایل و اراده را سست می کند و در نهایت به افتادن در ورطه گناه می کشاند: پیامبر صلی الله علیه و آله فرمود:

«از شراب دوری کنید؛ زیرا که شراب ریشه همه گناهان است. در زمان های گذشته مردی بود که زنی گمراه دلباخته او شده بود. آن زن کنیز خود را در پی او فرستاد تا بیاید و شهادتی بدهد، مرد با کنیز آمد از هر دری که وارد می شد کنیز آن در

را پشت سر او می بست تا آن که وارد اتاقی شد و زنی زیبا روی را دید که کنارش غلامی و سبوی شرابی است. زن گفت: راستش من تو را برای شهادت دادن فرا نخواندم بلکه برای این از تو خواستم بیایی که با من درآمیزی، یا آن که از این شراب جامی بنوشی، و یا این غلام را بکشی. مرد گفت: از این شراب جامی به من ده. زن جامی به او نوشاند. مرد گفت: باز هم بده، و آن قدر نوشید که سرانجام هم با آن زن همبستر شد و هم غلام را کشت. پس، از شراب دوری کنید، زیرا که به خدا سوگند شراب و ایمان هرگز با هم جمع نشوند مگر آن که یکی از آن دو دیگری را بیرون کند».(۲)

پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله ارزش توبه را و این که خداوند پاک و بلند مرتبه بسیار آمرزنده و مهربان است و هرگاه بندگانش از روی اخلاص و به امید رحمت او توبه کنند گناهانشان را می آمرزد، به یارانش تعلیم می داد و می فرمود هرگاه بنده گناه کند اما

۱- ناصف، ج ۱، ص ۵۲ - ۵۴.

۲- ناصف، ج ۳، ص ۱۴۴.

سپس به درگاه پروردگارش باز گردد و از او آمرزش و پوزش بخواهد خداوند بزرگ توبه اش را می پذیرد و آن حضرت برای آن که این آمرزش در دل های صحابه تأثیر بیش تر بگذارد آن را از رهگذر داستان زیر بیان می کند:

«شخصی گناهی کرد اما سپس گفت: بار الها، گناه را بیامرز، خداوند متعال فرمود: بنده ام گناهی کرد و دانست که خداوندی دارد که هم گناه را می بخشد و هم برای گناه مؤاخذه می کند. دوباره گناه کرد و باز گفت: ای خداوند من، گناهم را بیامرز. خداوند تبارک و تعالی فرمود: بنده ام گناهی کرد و دانست که خداوندی دارد که هم گناه را می بخشد و هم برای گناه مؤاخذه می کند. سه باره گناه کرد که باز گفت:

ای خداوند من، گناهم را بیامرز. خداوند تبارک و تعالی این بار هم فرمود: بنده ام گناهی کرد اما دانست که خداوندی دارد که هم گناه را می آمرزد و هم برای گناه مؤاخذه می کند. بنده ام را آمرزیدم، آنچه خواهد گو انجام دهد».(۱)

عبارت «آنچه خواهد گو انجام دهد» به معنای این است که تا وقتی که چنین کند، یعنی گناه کند و توبه نماید، او را می آمرزم، چرا که توبه گناهان گذشته را از بین می برد.

این ها نمونه هایی بود از داستان هایی که پیامبر صلی الله علیه و آله برای یارانش می گفت تا از رخدادهای آن ها پند و درس گیرند، یا از طریق آن ها به ایشان حکمت و معرفت آموزد. این روش تعلیم و تربیت در برانگیختن توجه یاران پیامبر صلی الله علیه و آله و سرعت دریافت نکاتی که پیامبر صلی الله علیه و آله قصد داشت به آن ها بیاموزد تأثیر بسیار داشت.

۲ – پاداش دادن

پاداش دادن نیز مانند انگیزه در تقویت و تثبیت پاسخ های درست جایگاه مهمی دارد؛ زیرا پاسخی که در نهایت موفق نشود مشکل را حل کند یا هدف مورد نظر را تحقق نبخشد ضعیف می شود و بزودی شخص یادگیرنده، از آن پاسخ دست بر

۱- نَوَوی، ج۱، ص۳۸۳ – ۳۸۴.

می دارد، اما پاسخی که در حل مشکل و در تحقق بخشیدن به هدف موفق باشد، تقویت می شود و یاد گیرنده به حفظ و یادگیری آن علاقه مند می شود. مطالعات تجربی اهمیت پاداش را در تقویت پاسخ های درست و تحکیم یادگیری به اثبات رسانده است.(۱)

پیامبر خدا صلی الله علیه و آله به اهمیت پاداش در تقویت رفتار نیک اشاره کرده است آن جا که می فرماید:

«مزد کارگر را پیش از آن که عرقش بخشکد به او بدهید».(۲)

پرداخت مزد کارگر بلافاصله پس از اتمام کاری که به او محوّل شده از این جهت مهم است که اولاً نیرویی را که وی صرف کار خود کرده است جبران می کند، ثانیا باعث می شود که بار دیگر اگر از او کاری خواسته شد، با میل و رغبت تمام هرچه در توان دارد به کارگیرد، ثالثا عملکرد او را بهبود می بخشد چرا که برای آن پاداش می گیرد. مطالعات تجربی جدید نشان داده است که هرگاه بلافاصله پس از پاسخی که یاد گرفتن آن مورد نظر است پاداش داده شود این پاداش در تقویت یادگیری تأثیر بیش تری دارد، و چنانچه پاداش با تأخیر داده شود تأثیر آن در تقویت یادگیری کم رنگ تر می شود. پیامبر صلی الله علیه و آله در این حدیث، با این دستور که «پیش از خشک شدن عرق کارگر»، یعنی بلافاصله پس از اتمام کارش، مزد او را بدهید، به همین حقیقت اشاره کرده است؛ چرا که این کار تأثیر روانی بیش تری دارد و میل کارگر را به انجام دادن مستمرِّ کاری که به او محوّل شده است قوی تر می کند.

لازم نیست که پاداش حتما مادی باشد بلکه می تواند معنوی و به صورت تمجید و تعریف و تشویق باشد. برای مثال، ستایش رئیس از زیر دستانش در افزایش فعالیت آنان و انجام دادن بهتر کارهایشان تأثیر گذار است. یا تعریف و تمجید معلّم از شاگردش به سرعت پیشرفت تحصیلی او کمک می کند. پیامبر

۱- محمد عثمان نجاتی، علم النفس فی حیاتنا الیومیه، ص ۱۵۵ - ۱۵۶.

۲- ابن ماجه، ج۲، ح ۲۴۴۳.

اکرم صلی الله علیه و آله وقتی به یارانش توصیه می کند که هرگاه کسی به آنان خوبی کرد آن ها نیز متقابلاً به او خوبی کنند هر چند با گفتن یک کلمه خوش باشد، در واقع به همین حقیقت اشاره می کند. می فرماید:

«...هر کس به شما نیکی کرد پاداشش دهید، و اگر چیزی برای پاداش دادن نداشتید برایش دعا کنید چندان که گمان برید پاداش او را داده اید».(۱)

پیامبر صلی الله علیه و آله برای برانگیختن فعالیت کودکان به مسابقه دو و تقویت این فعالیت و تثبیت یادگیری آن در آنها، از عنصر پاداش استفاده می کرد. برای مثال به کودکان می فرمود:«هر که جلو بزند فلان جایزه را نزد من دارد»، و آن ها به طرف حضرت می دویدند و خود را روی سینه پیامبر صلی الله علیه و آله می انداختند وحضرت آن ها را در آغوش می گرفت و می بوسید.(۲)

پیامبر صلی الله علیه و آله به ستایش از یارانش و قدردانی از آنان برای کارهای نیکی که می کردند و تشویق آن ها به این کارها عنایت داشت، چنان که از صفات نیکی هم که داشتند با تعریف و تمجید یاد می کرد. این ستایش و قدردانی معنوی و روحی ممکن است در برخی مردم تأثیری به مراتب بیش تر از پاداش مادی در تقویت صفات نیک و خصلت های پسندیده داشته باشد.(۳)

اگر چه - هم چنان که پیش تر گفتیم - پاداش هرگاه بلافاصله بعد از پاسخ داده شود تأثیر بیش تری دارد اما پاداش مهمّی که شخص منتظر است در آینده دریافت کند، نیز در تقویت رفتار انسان مؤثر است. برای مثال، گاهی اوقات کارمند با تلاش و جدیّت کار می کند برای این که به ترفیعی دست یابد، یا چند سال دیگر به پست

۱- نَوَوی، ج۲، ص ۱۱۷۵، ح۲/۱۷۲۵؛ احمد، ج۱، ص۲۱۴.
۲- عبدالرحیم صالح عبداللّه، تربیه الطفل فی الاسلام، مجله الوعی العربی، شماره ۲۰۳، سپتامبر ۱۹۸۱، ص۳۹.
۳- برای دیدن احادیث پیامبر صلی الله علیه و آله که متضمن ستایش از صحابه است مراجعه کنید به صحیح بخاری و مسلم، باب فضائل الصحابه، برخی از این حادیث در: الرسول والعلم، یوسف القرضاوی، ص ۱۲۹ - ۱۳۱ نیز آمده است.

بالاـتری برسد. یا دانش آموز در خواندن درس هایش کوشش و زحمت زیادی به خرج می دهد برای این که در امتحانات پایان سال قبول شود. توانایی انسان بر انتظار پاداش در آینده، این امکان را به او می دهد که به امید رسیدن به اهداف بزرگش در آینده برنامه ریزی کند و زمانی طولانی صبورانه تلاش کند. بنابراین، تشویق به پاداشی اخروی و تهدید از عذاب آن، همچنان که پیش تر نیز در مبحث تحریک انگیزه با تشویق و تهدید گفتیم، تأثیر عمیقی در رفتار مؤمنان و تحریک انگیزه های آنان برای ایمان به خداوند متعال، و چنگ زدن به رشته تقوا و کردار نیک به قصد رضایت خداوند و به امید برخورداری از نعمت های بهشت دارد.

مطالعات جدیدی که روان شناس امریکایی، اسکینر (Skinner)، به عمل آورده روشن ساخته است که پاداشی که در دفعات گوناگون و نامشخص به پاسخ مطلوب داده می شود از یک سو بر نیروی یادگیری آن پاسخ می افزاید و از سوی دیگر از بین رفتن آن را دشوارتر می سازد. از جمله نتایجی که اسکینر در تحقیق خود به آن رسید این است که پاداش معلّم به شاگردان برای انجام تکالیف مدرسه، هرگاه در دفعات مختلف و نامشخص و نامعلوم صورت پذیرد، به افزایش فعالیت و اهتمام آنان به انجام وظایف و تکالیفشان منجر می شود، چون منتظر رسیدن به پاداشی هستند که در هر زمانی ممکن است به آن ها داده شود.(۱)

چهارده قرن پیش از آن که اسکینر این حقیقت را کشف کند، پیامبر بزرگوار اسلام صلی الله علیه و آله آن را پیاده کرده است. برای نمونه، در حدیثی از آن حضرت آمده است که فرمود:

«در شب هنگام، ساعتی است که هر مرد مسلمانی آن را دریابد، در آن لحظه هر خیری از امور دنیا و آخرت را از خداوند بزرگ مسألت کند حتما آن را به او عطا

۱- ۱. Kimble, G.A, Garmezy, N. and Zigler, E Principles of Psychology, ۶th ed. New York: John Wiley and sons, ۱۹۸۴.pp. ۲۵۸-۲۶۱. Kagan J.; Havemann, E. and Segal, J. Psychology: An Introduction. Newy York: Harcourt Brace Jovanovich, Publishers, ۱۹۸۴, pp.۹۴-۹۶.

می کند، و این ساعت در هر شبی وجود دارد».(۱)

نیز درباره روز جمعه فرموده است:

«در این روز، ساعتی وجود دارد که هر بنده مسلمانی در آن ساعت به نماز ایستاده باشد و از خداوند چیزی بخواهد حتما آن را به او عطا می کند. حضرت با اشاره دستش اندک بودن این لحظه و ساعت را نشان داد».(۲)

در این دو حدیث، ما شاهد اجرای عملیِ در نوعِ خود بی نظیر اصل «تقویت» یعنی پاداش دادن در دوره های زمانی گوناگون و نامعین، هستیم، که، خود نشانگر شناخت پیامبر صلی الله علیه و آله از ماهیت رفتار انسانی، و به کارگیری خردمندانه اصول مؤثر در اصلاح رفتار است؛ چرا که آن حضرت می فرماید در شب ساعتی و وقتی است که هرگاه مسلمان در آن ساعت از پروردگارش خیری را طلب کند خداوند دعایش را اجابت می کند و آنچه را خواسته است به او می دهد.

اما حضرت این ساعت را تعیین نکرده بلکه آن را مبهم و نامشخص باقی گذاشته است. نتیجه طبیعی عدم تعیین این ساعت، کوشاتر شدن مسلمانان در امر نماز و ستایش و نیایش در سراسر شب است بدان امید که این ساعت را دریابد، پیامبر صلی الله علیه و آله هم چنین، ساعت مستجاب شدن دعا در روز جمعه را تعیین نکرده است که این، خود، بر فعالیت مسلمانان برای تقرّب به خداوند متعال از طریق نماز و تلاوت قرآن و دعا و استغفار در بیش تر اوقات روز جمعه می افزاید، بدان امید که این ساعت استجابت دعا را درک کنند. پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله در خصوص شب قدر نیز همین روش را به کار گرفته است؛ چرا که فرموده است شب قدر در دهه آخر ماه رمضان قرار دارد اما مشخص نکرده که در کدام شب. می فرماید:

«شب قدر را در دهه آخر رمضان بجویید».(۳)

۱- نَوَوی، ج ۲، ص ۸۴۱ ح ۱۹/۱۱۷۹.

۲- شیبانی، ج۳، ص۳۱۴.

۳- ناصف، ج ۲، ص ۸۱.

و در حدیثی دیگر می فرماید:

«شب قدر را در شب های فرد دهه آخر رمضان بجویید».(۱)

روشن است که فلسفه پنهان داشتن شب قدر و تعیین نکردن آن تشویق مسلمانان به کوشش و تلاش در عبادت، در کلیه شب های دهه آخر ماه رمضان است. اگر این شب مشخص می شد قطعا بسیاری از مسلمانان تنها همان شب در عبادت و نیایش می کوشیدند. پیامبر صلی الله علیه و آله خود، در ده شب آخر ماه رمضان به اعتکاف می پرداخت و صحابه نیز به پیروی از آن حضرت، در این شب ها اعتکاف می کردند.

اهمیّت پاداش در یادگیری موضوعی است که امروزه مورد قبول همگان است، و تحقیقات تجربی جدید آن را به اثبات رسانیده است.البته تنبیه و کیفر نیز گاه در یادگیری مفید است اما بدون شک روش پاداش از کیفر دادن بهتر و در یادگیری و تربیت مؤثرتر از آن می باشد. کیفر، به ویژه کیفر بدنی شدید، گاه تأثیر زیانباری در شخصیت یاد گیرنده دارد؛ چرا که بعضا منجر به احساس کمبود و اضطراب می شود. از این رو، متوسّل شدن به تنبیه و کیفر جز در مواردی خاص پسندیده نیست، یعنی زمانی که هرگونه تجربه و تلاش دیگری برای اصلاح رفتار نادرست یا انحرافی باشکست مواجه شود. زمانی هم که از کیفر استفاده می شود نباید سخت و شدید باشد تا به شخصیت یادگیرنده آسیب برساند. مربیان مسلمان درگذشته بر اهمیت استفاده از نرمش و مهربانی در تربیت کودکان و دانش آموزان تأکید می کردند، و اگر در مواردی استفاده از تنبیه بدنی ضرورت پیدا می کرد، از تنبیه شدید پرهیز می شد و با ملایمت صورت می گرفت؛ چرا که پیامبر صلی الله علیه و آله فرموده بود:

«خداوند نرم خوست و نرمش را دوست دارد، و برای نرمش آن می دهد که برای خشونت نمی دهد».(۲)

۱- ناصف، »۲، ص ۸۱.

۲- ونسنک، ج۲، ص۲۸۴.

آن حضرت، هم چنین، از ضربه زدن به صورت نهی کرده فرموده است:

«...هیچ گاه کسی به صورت ضربه نزنند».(۱)

«...هرگاه یکی از شما کتک زد از زدن به صورت پرهیز کند».(۲)

معلّمان و مربّیان مسلمان رهنمود پیامبر صلی الله علیه و آله را در نظر گرفتند و به استفاده از تحسین و تشویق در تربیت کودک توصیه کردند دو از مجازاتِ زدن یا تنبیه بدنی نهی نمودند.(۳)

۳ – توزیع یادگیری

یکی از اصول شناخته شده یادگیری که مطالعات تجربی جدید آن را اثبات کرده، اصل توزیع یادگیری است، یعنی یادگیری در دوره های فاصله دار صورت پذیرد که در خلال آن ها فرصت هایی برای استراحت فراهم آید. این کار به سرعت یادگیری و حسن یادآوری می انجامد و از بروز دلزدگی و رنجیدگی وخستگی جلوگیری می کند. قرآن کریم، چهارده قرن پیش از آن که روان شناسان جدید اهمیت اصل توزیع یادگیری را کشف کنند، این اصل را پیاده کرده است؛ چرا که قرآن ظرف مدّت بیست و سه سال نازل شد و همین باعث گردید که مسلمانان بتوانند آن را حفظ کنند و فرا گیرند. قرآن کریم از این حقیقت پرده برداشته است و می فرماید:

«وَ قُرْ انًا فَرَقْنَاهُ لِتَقْرَاَهُ عَلَى النَّاسِ عَلى مُكْثٍ وَ نَزَّلْنَاهُ تَنْزِيلًا ».(۴)

«و قرآنی که بهربهر کردیم تا بر مردمان با درنگ برخوانی. آن را اندک اندک

ص:۱۷۷

۱– سنن احمد، ج۳، ص۳۲۳.

۲– ونسنک، »۳، ص ۵۰۰.

۳– برای دیدن نظر دو تن از دانشمندان مسلمان در این خصوص نگاه کنید به: ابن سینا، کتاب السیاسه، ص ۱۲ – ۱۵؛ غزالی، کتاب احیاء علوم الدین، ج۳، باب «الطریق فی ریاضه الصبیان فی اول نشوئهم و وجه تأدیبهم و تحسین اخلاقهم»، ص ۷۲ – ۷۴.

۴– اسراء/۱۰۶، نگاه کنید به بحث ما از اصل توزیع یادگیری در قرآن کریم در کتاب القرآن و علم النّفس،ص۱۷۲ – ۱۷۳.

فرستادیم».

پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله نیز اصل «توزیع یادگیری» را در تربیت روانی یارانش و آموختن امور دینی شان به آن ها پیاده کرده است. آن حضرت، برای آن که یارانش خسته و دلزده نشوند، به آنان در اوقات پراکنده آموزش می داد و راهنمایی شان می کرد. عبداللّه بن مسعود می گوید: «پیامبر صلی الله علیه و آله چون می ترسید که ما خسته شویم، هر چند روز ما را موعظه می کرد».(۱) ابو وائل نیز می گوید: «عبداللّه هر پنجشنبه ما را موعظه می کرد. مردی به او گفت: ای ابا عبدالرحمن، کاش هر روز ما را موعظه کنی. او گفت: این کار را نمی کنم چون خوش ندارم که شما را خسته گردانم. من همان طور شما را موعظه می کنم که پیامبر صلی الله علیه و آله ما را موعظه می کرد، چون می ترسید که خسته و دلزده شویم».(۲)

در اجرای همین اصل توزیع یادگیری بود که صحابه تنها ده آیه از پیامبر صلی الله علیه و آله فرا می گرفتند و پس از این که آن ده آیه را نیک فرا می گرفتند و به مضامین آن ها عمل می کردند به فراگیری آیات دیگر می پرداختند. عبداللّه بن مسعود می گوید: «از پیامبر صلی الله علیه و آله: ده آیه از قرآن می آموختیم و ده آیه بعدی را نمی آموختیم تا آن گاه که مطالب آن ده آیه را یاد می گرفتیم، به شریک گفته شد: یعنی به آن ها عمل می کردید؟ گفت: آری».(۳)

۴ - تکرار

یکی دیگر از اصول مهم یادگیری تکرار است؛ زیرا تکرار باعث می شود اطلاعات یا مهارت هایی که فرد کسب می کند به یاد بمانند. بیش تر مطالبی که انسان فرا می گیرد نیاز به تکرار یا تمرین دارد تا این که یادگیری صورت پذیرد. مطالعات

۱- بخاری، ج۱، ح۶۸.

۲- ناصف، »۱، ص ۷۱ - ۷۲.

۳- محمد سعید رأفت، الرسول المعلّم و نهجه فی التعلیم، ص ۱۴۳.

تجربی جدید روشن ساخته است که میان سطح یادآوری و تعداد دفعات تکرار پیوند استواری وجود دارد؛ چرا که تکرار معلومات و مهارت ها را تثبیت، و به یادآوری بهتر کمک می کند. قرآن کریم اصل تکرار را به کار بسته است؛ زیرا ملاحظه می کنیم که پاره ای معانی و مفاهیم که خداوند بزرگ خواسته است در اذهان مردم رسوخ کنند در قرآن مجید تکرار شده اند.(۱) پیامبر صلی الله علیه و آله نیز آنچه را برای صحابه می گفت سه بار تکرار می کرد تا گفته هایش را بفهمند و حفظ کنند. انس می گوید: «پیامبر صلی الله علیه و آله هرگاه سخنی می گفت، سه بار تکرارش می کرد تا خوب دریافت شود...»(۲) هم چنین به اصحابش توصیه می فرمود که آنچه را از قرآن حفظ می کنند، با مداومت بر خواندن و مذاکره آن ها، از فراموش شدنش جلوگیری نمایند. می فرمود:

«حکایت حافظ قرآن حکایت کسی است که اشتر بسته ای دارد. اگر از آن مراقبت کند می ماند و اگر باز و رهایش کند می رود».(۳)

در این حدیث، پیامبر صلی الله علیه و آله مثالی محسوس و عینی می آورد تا اهمیت تکرار و بازخوانی مداوم در حفظ قرآن را به صحابه نشان دهد. صاحب شتر اگر شترش را به حال خود رها کند و از آن مراقبت نکند و بازَش بگذارد شتر می رود، و اگر از آن مواظبت نماید و مهارش را نگه دارد می ماند. حافظ قرآن، و به طور کلی صاحب هر علمی، نیز اگر پیوسته آن را یادآوری کند به یادش می ماند، اما اگر به حال خود رهایش کند و تکرار و یادآوری نکند آن را فراموش می کند.

تکرار در تثبیت عادت ها نیز حائز اهمیّت است. هر گاه عادتی بارها تکرار شود پایدار و مستحکم می شود، و خود به خود و بدون اراده و اندیشه ای سر می زند. این امر درباره عادت های خوب و بد، هر دو، صادق است. برای مثال اگر کودک از همان

۱- برای دیدن بحث تکرار در قرآن کریم، مراجعه کنید به: القرآن و علم النفس، ص۱۶۲ - ۱۶۶.

۲- ناصف، ج۱، ص۷۱؛ نَوَوی، ج۱، ص۶۶۴، ح۳/۸۵۳.

۳- ونسنک، ج۱، ص۲۴.

کودکی طوری تربیت شود که همیشه راست بگوید، راستگویی به صورت یک عادت استوار در او در می آید به گونه ای همیشه و همه جا، خود به خود، راست می گوید، اما اگر دروغگویی در او تکرار شود و کسی مانع او نشود و از دروغ گفتن بازَش ندارد، دروغگویی به یک عادت در او تبدیل می شود. در همین باره رسول اکرم صلی الله علیه و آله فرموده است:

«بنده، هر گاه گناهی مرتکب شود نقطه سیاهی در دلش پدید می آید. اگر دست از گناه کشید و آمرزش خواست و توبه کرد دلش صاف می شود، ولی اگر تکرار کرد آن نقطه سیاه بیش تر و بیش تر می شود تا جایی که تمام دلش را فرا می گیرد. این همان زنگاری است که خداوند فرموده است:

«نه، بلکه آنچه مرتکب می شدند بر دلهایشان زنگار شد(۱)».

آری، هر گاه انسان به عمل گناه ادامه دهد این عمل به عادتی پایدار در او تبدیل می شود و بدون آن که شرم کند یا دچار سرزنش وجدان شود، آن گناه را انجام می دهد، تو گویی دلش را پرده ای ضخیم فرو پوشانده است و نمی گذارد خوبی را درک کند و در پی انجام دادن آن برآید، یا بدی را بفهمد و از آن دوری گزیند. این همان زنگاری است که قرآن کریم از آن یاد کرده است، و همان مُهر و غلاف و قفل زده شدن بر دل هاست که در بسیاری از آیات قرآن کریم ذکر شده است.(۲)

۵ – مشارکت مثبت و ممارست عملی

هر گاه یادگیرنده مشارکت مثبت و فعّال در فرایند یادگیری داشته باشد، و خودش به ممارست عملی رفتاری که یادگیری آن مطلوب و مورد قبول است بپردازد، بی گمان یادگیری بهتر و سریع تر صورت می پذیرد. اما مشارکت منفی در فرایند یادگیری نتیجه بخش نیست. برای مثال، کارگر به صرف دیدن کاری که

۱- شیبانی، ج ۱، ص ۱۹۴.

۲- مانند آیه ۱۰۸ سوره نمل، آیه ۷ سوره بقره، آیه ۴۶ سوره اسراء، و آیه ۲۴ سوره محمد.

کـارگران مـاهر انجـام می دهنـد، حرفه خود را به خوبی فرا نمی گیرد، بلکه خودش نیز بایـد آن کار را انجام دهـد و تمرین و ممارست کند تا این که به درستی آن را یاد بگیرد.

مطالعات تجربی جدید این حقیقت را اثبات کرده است(۱)امـا پیش از آن، قرآن کریم به اهمیّت عملی توجه نشان داده و، در بسیاری از آیات، ایمان را در کنار عمل قرار داده است(۲)پیامبر اسـلام صلی الله علیه و آله نیز، در تعلیم یارانش، سعی داشت آن ها را به تمرین و ممارست عملی، به عنوان وسیله ای کارآمد در فرایند یادگیری، هدایت کند. کِلْده ابن حنبل می گوید:

«نزد پیـامبر صـلی الله علیه و آله رفتم و بر ایشـان وارد شـدم امّا سـلام نکردم، پیامبر صـلی الله علیه و آله فرمود: برگرد و دوباره داخل شو و بگو: سلام بر شما، اجازه هست داخل شوم»؟.(۳)

در این حـدیث، پیـامبر صـلی الله علیه و آله به همین بسـنده نکرد که به کِلـده بگویـد چه بایـد بکنـد بلکه از او خواست تـا آن رفتاری را که می باید بیاموزد عملاً انجام دهد. این نمونه روشـنی از اصل مشارکت مثبت و ممارست عملی در فرایند یادگیری است. بدون شک، یادگیری با این روش بسیار بهتر از صِرف نصیحت و راهنمایی نظری، بدون ممارست عملی رفتارِ مطلوب، است. عبداللّه بن مسعود می گوید: «ما ده آیه قرآن از پیامبر می آموختیم و ده آیه بعد را نمی آموختیم مگر آن گاه که آنچه را در آن ده آیه

بود می دانستیم. به شریک گفته شد: یعنی عمل می کردید؟ گفت: آری(۴)». از این روایت روشن می شود که پیامبر صلی الله علیه و آله سـعی داشـته است به یارانش بیاموزد که آنچه را از آموزه های قرآن کریم فرا می گیرنـد در زنـدگی شخصـی شان عملی سازند. از حدیث دیگری که بخاری روایت کرده است روشن می شود که پیامبر خدا صلی الله علیه و آله به

یادگیری از طریق ممارست عملی آنچه انسان می خواهد یاد بگیرد اهتمام

۱- محمد عثمان نجاتی، علم النفس فی حیاتنا الیومیه، ص ۱۶۳ - ۱۶۵.

۲- دربـاره اصـل «مشـارکت فعال و مثبت» از دیـدگاه قرآن کریم، در کتاب القرآن و علم النفس، ص ۱۷۱ - ۱۷۲ بحث کرده ایم.

۳- نَوَوی، ج ۱، ص ۶۷۴، ح ۴/۸۷۳.

۴- پیش تر نیز از این حدیث یاد کردیم.

می ورزیده است. در این روایت آمده است:

«دانش با آموختن به دست آید، و بردباری با بردباری ورزیدن ؛ و هر کس خوبی را برگزیند به او داده شود، و هر کس سعی کند خود را از بدی نگهدارد نگه داشته شود»(۱)

این حدیث بدان معناست که یادگیری جز با تلاش و مشارکت مثبت و فعال در فرایند یادگیری صورت نمی گیرد. چنان که بردباری نیز از طریق تمرین عملی آن در بسیاری از شرایط واقعی و عینی زندگی آموخته می شود به طوری که بردباری به صورت یک خصلت پایدار در می آید و بدون رنج و مشقتی از آدمی سر می زند. از همین آموزه های قرآن کریم و پیامبر صلی الله علیه و آله در خصوص اهمیت دادن به عمل در فرایند یادگیری بود که مربّیان و اندیشمندان پیشین مسلمان آرای خود را در زمینه اهمیّت مشارکت مثبت و فعّال در آموزش و پرورش، و ریاضت نفس و مبارزه با آن برای چیره آمدن بر بدی ها و هوس ها و فراگیری فضایل و اخلاق گرفتند. برای نمونه، امام محمد غزّالی، درباره تربیت نفس و تهذیب اخلاق و درمان بیماری های دل، می گوید که بهترین راه برای چیره آمدن بر خوی های ناپسند و بیماری های دل در پیش گرفتن رفتاری است متضاد با رفتاری که رهیدن از آن مطلوب است(۲)انجام

دادنِ طولانی مدّت این پاد رفتار، یعنی رفتاری که یادگیری آن مطلوب است، اگر چه در آغاز کار با زحمت همراه است اما بعد به یک خوی پابرجا در انسان تبدیل می شود. برای مثال، شخص بخیل می تواند، با تمرین عملی و طولانی مدت بخشندگی، که البته در آغاز با دشواری همراه است، بر بخل خویش چیره شود و بخشندگی به صورت یک خوی پابرجا در او در آید. به همین سان، با در پیش گرفتن رفتار ضدِّ رفتار ناپسند و تمرین مستمرّ آن، به عبارت دیگر با مشارکت مثبت و

۱- این روایت را طبرانی و دارقطنی در العلل من حدیث ابی الدرداء، با سند ضعیف، آورده اند تخریج زین الدین ابی الفضل العراقی لا حادیث کتاب احیاء علم الدین غزالی، ج ۳، ص ۱۷۶، پ ۴.

۲- ابو حامد غزالی، احیاء علوم الدین، ج ۳، ص ۴۸ - ۳۸۸.

ممارست در انجام رفتاری که یادگیری آن مطلوب است، می توان بر همه عیب های انسان غلبه کرد.

۶ – توجّه

اشاره

«توجه» عامـل بسـیار مهمّی در یادگیری است، چرا که انسان نمی توانـد چیزی را، بـدون توجه به آن، فرا گیرد. بنابراین، توجّه شرطی ضـرور را در فرایند یادگیری است. از همین رو، معلّمان همواره می کوشـند توجه دانش آموزان را جلب کنند تا آن ها بتواننـد آنچه را که قرار است یاد بگیرند به خوبی فرا گیرند. جلب کردن یا برانگیختن توجه دانش آموزان هم با وسایل چندی امکانپـذیر است. از جمله: کمـک گرفتن از رخـدادهای جاری و موقعیت های عملی، طرح پرسـش و گفتگو و مباحثه، کمک جسـتن از برخی ابزارهـای منـاسب جلب توجه ماننـد نقشه هـا و نمودارها و آنچه که امروزه به وسایل سـمعی و بصـری موسوم است، و کمـک گرفتن از داسـتان و ضـرب المثـل. پیامبر صـلی الله علیه و آله پیش از علمای تعلیم و تربیت جدیـد، از همه این وسایل و ابزارها در جلب توجه یارانش استفاده کرده است تا اندرزها و توصیه ها و معارف مورد نظر خود را به آن ها برساند.

الف – کمک گرفتن از رخدادهای جاری برای جلب توجه

پیـامبر خـدا صـلی الله علیه و آله در تعلیم و راهنمـایی و ارشـاد یـارانش از رخـدادهای جـاری یـا موقعیت هـای عملی بهره می گرفت، و از این رخدادها یا موقعیت های عملی نمونه هایی واقعی، برای رساندن پند و اندرزها و آموزه های مورد نظر خود به آنـان، انتخاب می کرد. شـکّی نیست که این روش آموزش و تربیت نسـبت به صـرف نصـیحت و موعظه تأثیر بیش تر و ژرف تری در روان انسان دارد. نمونه اش حدیثی است که مسلم از جابر روایت کرده است. او گفته است:

«پیامبر خدا صلی الله علیه و آله از بازار می گذشت و مردم در دو سوی او حرکت می کردند.

برای جلب توجه

حضرت بر بزغاله گوش بریده مرده ای برخورد. حضرت گوش آن را گرفت و بلندش کرد سپس فرمود: کدام یک از شما دوست دارد که این به درهمی از او باشد؟ گفتند: به هیچ چیز او را نمی خواهیم، با آن چه کنیم؟! فرمود: دوست دارید که [همین طوری رایگان] مال شما باشد؟ گفتند: به خدا، زنده اش نیز معیوب (گوش بریده) بود حال که مرده است. فرمود: به خدا سوگند که دنیا نزد خدا بی ارزش تر از این در نزد شماست»(۱)

روشن است که، با این مقایسه میان دنیا و لاشه مرده یک بزغاله گوش بریده، در وضعیتی واقعی، ایده خواری و بی مقداری دنیا در نظر خداوند متعال به بهترین شکل به صحابه منتقل شده است. کمک گرفتن از این گونه موقعیت ها و شرایط عینی زندگی در فرایند آموزش و راهنمایی و ارشاد برای منتقل ساختن افکار و باوراندن آنها بسیار بهتر است از صرف نصیحت و راهنمایی زبانی بدون آن که با این گونه موقعیت های واقعی توجه برانگیز همراه باشد. نمونه دیگر کمک گرفتن پیامبر خدا صلی الله علیه و آله از رخدادها و موقعیت های عینی در امر آموزش و راهنمایی، روایت زیر است:

«تعدادی اسیر نزد پیامبر خدا صلی الله علیه و آله آوردند. ناگهان زنی از میان آن ها دوان دوان خود را به کودکی که در میان اسیران بود رساند و او را گرفت و به شکمش چسباند و شیرش داد. پیامبر خدا صلی الله علیه و آله فرمود: به نظر شما آیا این زن حاضر است کودکش را در آتش افکند. عرض کردیم: نه به خدا. فرمود: خدا نسبت به بندگانش مهربان تر از این زن به فرزندش می باشد(۲)».

ب – جلب توجه با طرح پرسش

پیامبر صلی الله علیه و آله، برای این که توجّه یارانش را برانگیزد و دقّت آن ها را جلب کند

۱- نَوَوی، ج ۱، ص ۴۱۴، ح ۸/۴۶۴.
۲- نَوَوی، ج ۱، ص ۳۸۰، ۳۸۱، ح ۷/۴۱۹.

ذهن هایشان را برای اندیشیدن و فهمیدن فعّال سازد، برای یارانش طرح سؤال می کرد. برای نمونه، می توان از پرسش هایی که در حجه الوداع برای یارانش مطرح کرد نام برد. ابوبکره نَفَیع بن حارث می گوید که پیامبر صلی الله علیه و آله در حجه الوداع فرمود:

«... این ماه چه ماهی است؟ عرض کردیم: خدا و پیامبرش داناترند. حضرت سکوت کرد بطوری که گمان بردیم نام دیگری بر این ماه خواهد نهاد. فرمود: مگر ذیحجّه نیست؟ عرض کردیم: چرا. فرمود: این شهر چه شهری است؟ عرض کردیم: خدا و پیامبرش داناترند. حضرت سکوت کرد به طوری که گمان بردیم نام دیگری بر این شهر خواهد نهاد. فرمود: مگر بلده(۱) نیست؟ عرض کردیم: چرا. فرمود: امروز چه روزی است؟ عرض کردیم: خدا و پیامبرش داناترند. حضرت سکوت کرد به طوری که گمان بردیم تا او نام دیگری بر آن خواهد نهاد. فرمود: مگر روز قربان نیست؟ عرض کردیم: چرا. فرمود: جان و مال و آبروی شما بر شما حرام [محترم] است همانند حرام بودن این روز در این شهر و در این ماه...(۲)».

هدف پیامبر صلی الله علیه و آله از طرح این پرسش ها که پاسخ آن ها را همگان می دانند، در واقع، جلب توجه حضّار و آماده ساختن ذهن آن ها برای شنیدن و فهمیدن مطلبی بود که می خواست بگوید، بدون تردید این پرسش ها تأثیر زیادی در جلب توجه حضّار به اندرزها و توصیه های پیامبر صلی الله علیه و آله به آن ها در حجه الوداع داشت. سکوت چند لحظه ای پیامبر صلی الله علیه و آله هم بعد از هر سؤالی برای برانگیختن شوق و جلب دقّت آنان به پاسخی بود که به آن سؤال می داد. میزان تأثیر این سکوت در جلب دقّت از این سخن ابربکره در پس هر سؤالی روشن می شود که می گفت: «حضرت سکوت کرد به طوری که گمان بردیم نام دیگری بر آن خواهد نهاد».

یکی دیگر از نمونه های برانگیختن توجه شنوندگان با طرح سؤال از آن ها، روایتی است که عبداللّه بن مسعود آورده است. او می گوید: پیامبر خدا صلی الله علیه و آله فرمود:

۱- مقصود بلدالحرام یا مکّه مکرّمه است.

۲- نَوَوی، ج ۱، ص ۲۳۷، ح ۱۱/۲۲۵.

«آیا شما را از کسی که بر آتش دوزخ حرام است - یا از کسی که آتش دوزخ بر او حرام است - خبر ندهم؟ بر هر مردمدارِ نرمخویِ ملایم»(۱)

طرح این پرسش، بی گمان، هم توجه شنوندگان را برانگیخته است و هم شوق آنان را به دانستن آن خصلت هایی که فرد را از آتش دوزخ می رهاند.

نمونه دیگر که نشان می دهد پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله برای آموزش و راهنمایی از شیوه طرح سؤال کمک می گرفته، دو حدیثی است که پیش تر، در فصل یکم در ضمن سخن از تسلّط برانگیزه پرخاشگری، آوردیم. یکی از آن دو حدیث با این سؤال پیامبر صلی الله علیه و آله از صحابه آغاز می شد که: «آیا می دانید مفلس کیست؟»، و دیگری با این سؤال: «آیا می دانید غیبت چیست؟»(۲)

ج - جلب توجه با استفاده از مثال و تشبیه

پیامبر صلی الله علیه و آله برای جلب توجه و مجسم کردن معانی تجریدی در قالب های محسوس، از مثال استفاده می کرد؛ چرا که مثال ها و تشبیهات بسیاری از مردم را کمک می کند که معانی تجریدیِ دشوار را بفهمند. در این جا، به نمونه ای از استفاده پیامبر صلی الله علیه و آله از مثال اشاره می کنیم. از ابو مولی روایت شده است که پیامبر صلی الله علیه و آلهفرمود:

«مَثَل هدایت و معرفت که خداوند مرا برای آن ها برانگیخت مَثَل بارانی است که در سرزمینی ببارد، و قسمتی از آن سرزمین حاصل خیز باشد و آب را جذب کند و گیاه و علف بسیار برویاند، و قسمتی از آن سخت باشد و آب را نگهدارد و خداوند مردم را از آن بهره مند گرداند و از آن بیاشامند و کشت و زرع نمایند، و قسمتی از آن

شوره زار باشد که نه آبی نگهدارد و نه گیاهی برویاند. این مَثَل کسی است که در دین خدا دانا باشد و خداوند با آنچه مرا برای آن فرستاده است به او سود رساند و خود دانا شود و به دیگران نیز تعلیم دهد، و مَثَل کسی که از آن بهره مند نشود و هدایت

۱- نَوَوی، ج ۱، ص ۵۳۴، ح ۱۱/۶۴۲.
۲- ر.ک: فصل یکم، ص ۶۳.

خدا را که برای آن فرستاده شده ام نپذیرد(۱)».

در این حدیث، پیامبر خدا صلی الله علیه و آله هدایت و معرفت را که از جانب خداوند آورده است به باران سودمند تشبیه می کند؛ زیرا همان گونه که باران زمین را زنده می سازد، هدایت و معرفت نیز دل ها را حیات می بخشد. و کسی را که از این هدایت و معرفت بهره مند شود به زمین پاك و حاصل خیزی مانند کرده است که آب را به خود می پذیرد و گیاه و سبزه می رویاند، و کسی را که معرفت را فرا می گیرد و به دیگران می آموزد اما خودش از آن بهره مند نمی شود به زمین سختی مانند کرده است که آب را جذب نمی کند بلکه در آن جمع می شود و مردم از آن نفع می برند اما خودش آن را نمی پذیرد و گیاه و سبزه ای نمی رویاند. و کسی را که نه علم می آموزد و نه عمل می کند به شوره زاری مانند کرده که نه آبی نگه می دارد و نه گیاه و علفی می رویاند،

و این بدترین نوع انسان هاست که نه سود می رساند و نه خودش سود می برد(۲)

همچنین از ابوموسی روایت شده است که پیامبر صلی الله علیه و آله فرمود:

«مَثَل من و مَثَل آنچه خداوند مرا برای آن فرستاده مَثَل مردی است که به نزد قوم خویش رَود و گوید: ای مردم! من با چشمان خود سپاه دشمن را دیدم، و من آشکارا به شما هشدار می دهم. خود را برهانید. پس گروهی از قومش به سخن او گوش دهند و در تاریکی شب از فرصت استفاده کرده جان خود را برهانند، و گروهی سخن او را باور نکنند و تا صبح در جای خویش بمانند و بامدادان سپاه دشمن بر ایشان یورش آورد و همه آن ها را نابود و تار و مار کند. این است مَثَل کسی که به سخن من گوش سپارده از آنچه آورده ام پیروی کند، و مَثَل کسی که نافرمانی ام کند و آنچه را از حق آورده ام دروغ شمارد»(۳)

در این حدیث، مثال خوب و روشنی آمده است که معانی نجات یافتن انسان با

۱- نَوَوی، ج ۱، ص ۱۳۵، ح ۷/۱۳۶.

۲- نَوَوی، ج ۱، ص ۱۸۶.

۳- منذری، ح ۱۵۲۶.

پـذیرش اسـلام، و نـابودی او بر اثر نفی و نپـذیرفتن آن را در قـالبی محسوس که فهم این معـانی را آسان می سازد، مجسّم می کند: نجات یافتن از یورش سپاه دشمن، یا مرگ و نابودی کسی که آماج یورش آن سپاه قرار می گیرد.

نمونه دیگر، روایتی است که نعمان بن بشیر از قول پیامبر صلی الله علیه و آله آورده است. آن حضرت فرمود:

«مَثَل کسـی که از حـدود خداونـد دفاع می کند و کسـی که به آن ها تجاوز می کند مَثَل عده ای است که برای تقسـیم جا در کشتیی قرعه می زنند و بعضی عرشه کشتی به نامشان در می آید و بعضی پایین آن. آنان که در پایین کشتی هستند هرگاه می خواهنـد آب بردارنـد بایـد از بین کسانی که در عرشه هسـتند عبور کنند، لذا گفتند: خوب است در قسـمت خودمان سوراخی ایجاد کنیم تا باعث اذیت کسانی که در طبقه بالای ما هسـتند نشویم. حال اگر آن ها که در عرشه کشتی هسـتند بگذارنـد آن ها کار خودشان را بکنند همگی نابود خواهند شد ولی اگر مانع آنان شوند همگی از غرق شدن در امان خواهند ماند(۱)».

مثالی که در این حـدیث آمده است روشن می سازد که انجام دادن کار زشت و خلاف تنها به کننده آن صدمه نمی زند بلکه به همه جامعه زیان می رسانـد، چنان که باز داشـتن از کار زشت و خلاف سودش به همه جامعه می رسـد. این بـدان معناسـت که، برای حفظ سـلامت جامعه، کلّ جامعه مسئول مبارزه با فساد و خلاف است، و این معنا را پیامبر خدا صلی الله علیه و آله با ذکر مثال کشتی، به خوبی روشن ساخته است.

رسـول خـدا صـلی الله علیه و آله پیروان خود را به آموختن و قرائت قرآن ترغیب و تشویق می کرد و بـدین منظور مؤمنِ قرآن خوان را به میوه خوشمزه و خوش بو و طعم و مؤمنی را که قرآن نمی خواند به میوه خوشمزه اما بی بو تشبیه می کند:

«مَثَل مؤمنی که قرآن می خوانـد مَثَل تُرنـج است که هم خوش بوست و هم خوشـمزه، و مثَل مؤمنی که قرآن نمی خوانـد مَثَل میوه بی بو اما شیرین است، و مَثَل

ص:۱۸۸

۱- نَوَوی، ج ۱، ص ۲۱۰، ح ۴/۱۸۹.

منافقی که قرآن می خواند مَثَل میوه ای است که خوشبو اما تلخ مزّه است، و مَثَل منافقی که قرآن نمی خواند مَثَل حنظل است که بوی خوشی ندارد و مزه اش هم تلخ است(۱)».

درباره انتخاب دوست خوب نیز پیامبر صلی الله علیه و آله برای یارانش مثالی زده و با آن چه ایشان فهمانده است که چگونه دوست خوب به حال دوستش سودمند است، و دوست بد به دوست خود صدمه می زند. آن حضرت می فرماید:

«مَثَل هم نشین خوب و هم نشین بد همانند عطر فروش و آهنگر است. عطرفروش یا به تو مقداری عطر می بخشد، یا تو از او خرید می کنی و یا از بوی خوش او بهره مند می شوی، و آهنگر [با دمیدن در کوره] یا جامه تو را می سوزاند و یا بوی بد از او به مشامت می رسد(۲)».

داستان ها نیز، همانند مَثَل ها، باعث جلب توجّه می شوند، چنان که شوق به دنبال کردن حوادث داستان را بر می انگیزند. پیش تر، در ضمن گفتارمان از تأثیر انگیزه در یادگیری، از تأثیر داستان در فرایند یادگیری سخن گفتیم.

د – کمک گرفتن از نمودار

پیامبر صلی الله علیه و آله از تمام وسایل ممکن برای برانگیختن توجه کمک می گرفت و معانی تجریدی را در قالب های محسوسی که درک و فهم آن معانی را سهولت می بخشند، ارائه می کرد. دیدیم که آن حضرت، برای تحقق بخشیدن به این هدف، از داستان و مَثَل کمک جسته است. علاوه بر این ها، از تصاویر توضیحی یا نمودار نیز بهره گرفته است. عبداللّه بن مسعود روایت کرده است که پیامبر صلی الله علیه و آله با کشیدن خطوطی بر روی زمین، انسان و اجل او را که از هر سو وی را در میان گرفته و نیز آرزوهای فراوانی را

که در زندگی اش دارد و گمان می کند می تواند پیش از پایان یافتن عمرش آن ها را

۱- ناصف، ج ۴، ص ۲۴.
۲- نَوَوی، ج ۱، ص ۳۳۹، ح ۴/۳۶۴.

تحقق بخشد امّا اجلش به او مهلت نمی دهد، به تصویر کشید. روایت ابن مسعود چنین است:

«پیـامبر صـلی الله علیه و آله مربعی کشـید و در وسط آن خطی کشـید که از مربع بیرون زده بود و خطوط کوچکی بر آن خط وسـط عمود کرد و سـپس فرمود: این انسان است، این یکی اجل [مـدت عمر] اوست که وی را در میان گرفته، این که از مربع بیرون زده آرزوی اوست، و این خطوط کوچك حوادثند. اگر یکی از این ها به او نخورد این یکی نیشـش می زند، و اگر این یکی به او نخورد این یکی او را می گزد(۱)».

تصویر تقریبی شکلی که پیامبر ترسیم کرده این گونه است:

اجل

حوادث و بلایا حوادث و بلایا

انسان

آرزو

مسـاحت و فضـای درون مربع نمایـانگر انسان است. خطوط محیط بر مساحت مربع یا همان اضـلاع مربع نمایانگراجل و مـدت عمر انسـان است که از هر سو او را در میـان گرفته است، خطی که از وسـط مربع تا بیرون از آن کشـیده شـده آرزوهای انسان است که امیـد دارد در زنـد گی خود آن ها را تحقق بخشـد، و خیال می کند که می تواند پیش از پایان عمرش آن ها را جامه عمـل پوشانـد، و خطوط کوچکی که بر خط وسط عمود شـده انـد حوادث و بلاهای دنیاینـد، و گاه یکی از این حوادث به او اصابت می کند و نابودش می کند و پیش از آن که به آرزوهایش جامه عمل بپوشاند عمرش به سـر می آید. درسی که پیامبر صلی الله علیه و آله می خواهد با کشـیدن این شکل به یارانش بیاموزد این است که انسان آرزوهای دور و درازی دارد و غالبا خیال می کند آن قدر زندگی خواهد کرد که آرزوهایش را تحقق بخشد امّا ای بسا که اجلش به ناگاه، و

۱- نَوَوی، ج ۱، ص ۴۹۲، ح ۴/۵۷۷.

پیش از آن که آرزوهـایش عملی سـازد، فرا رسـد. از این رو، انسان خردمنـد بایـد هر چه زودتر به مسـیر درست باز آیـد و به انجام دادن کارهای نیک و شایسته بپردازد و فریب این را نخورد که عمری دراز خواهد داشت و می تواند پیش از پایان یافتن عمرش به تمام آرزوهای خود برسد.

۷ – تدریج در یادگیری

یکی از اصول مهم در یادگیری و اصلاح رفتار، تدریج در رهایی از عادت های بداستوار و یادگیری عادت های جدید دیگر به جـای آن هـاست. قرآن کریم از این اصل در درمان شـرابخواری و رباخواری اسـتفاده کرده است چرا که قرآن این دو عمل ناپسند را به یکباره تحریم نکرد بلکه به تدریج در مسلمانان نسبت به این دو کار ایجاد نفرت و انزجار کرد و در نهایت آن را تحریم کرد.(۱)

در روایتی از عایشه آمده است که گفت:

نخستین چیزی که از قرآن نـازل شـد سوره ای از سُوَر مفصّل بود که در آن از بهشت و دوزخ یاد شـده است وقتی که مردم به اسـلام گرویدنـد حلال و حرام نازل شد. در صورتی که اگر همان اول نازل می شد: شـراب نخورید، مردم می گفتند ما هرگز دست از شراب بر نمی داریم، و اگر همان اول نازل می شد؛ زنا نکنید، می گفتند ما هرگز زنا

را ترک نمی کنیم».(۲)

پیامبر صـلی الله علیه و آله در مرحله نخستِ دعوت، مردم را به توحیـد و ترک بت پرستی فرا می خوانـد، و هدف اساسـی اش تحکیم پـایه هـای ایمان در دل صـحابه و ایجاد آمادگی روحی و روانی در آنان برای به دوش کشـیدن بار مسؤولیت جهاد در راه نشـر دعوت اسـلام بود، و پس از آن که ایمان در دل ها رسوخ کرد و به مدینه هجرت شد و دولت اسـلامی شکل گرفت، پیامبر صلی الله علیه و آله غالبا سرگرم موضوعات مربوط به سازماندهی

۱- دراین باره نگاه کنید به کتاب القرآن و علم النفس، از همین نگارنده، ص ۱۷۳ – ۱۷۸.

۲- صحیح بخاری، ج۱۹، ح۴۹۹۳.

جامعه و وضع قوانین لازم برای ساماندهی امور زندگی در جامعه اسلامی بود.

پیامبر خدا صلی الله علیه و آله هنگامی که عرب های بادیه نزد ایشان می آمدند و از اسلام می پرسیدند، تنها انجام دادن واجبات و ارکان اساسی اسلام را از آنان می خواست تا مبادا آن ها را سنگین بار کند یا باعث ملال و دلزدگی شان گردد؛ زیرا معتقد بود که

چون اسلام در دل هایشان ریشه دواند قدرت تحملشان بالا می رود و آن گاه، خود، به انجام دان مستحبات روی می آورند. روایت شده است که بادیه نشینی نزد پیامبر صلی الله علیه و آله آمد و گفت:

ای رسول خدا، مرا به کاری راهنمایی فرما که هرگاه آن را انجام دهم به بهشت روم، پیامبر صلی الله علیه و آله فرمود: بنده خدا باش و چیزی را شریک او قرار مده و نماز بخوان و زکات واجب را بپرداز و رمضان روزه بگیر. بادیه نشین عرض کرد: سوگند به آن که جانم در دست اوست، بیش از این کاری نکنم. چون رفت پیامبر صلی الله علیه و آله فرمود: هر که

دوست دارد مردی از اهل بهشت را ببیند به این مرد بنگرد»(۱)

در روایت دیگری از طلحه بن زبیر آمده است:

مردی از اهالی نجد در حالی که موهایی ژولیده داشت نزد رسول خدا صلی الله علیه و آله آمد و ما طنین صدایش را می شنیدیم اما نمی فهمیدیم چه می گوید، تا آن که به رسول خدا صلی الله علیه و آله نزدیک شد و شروع به پرسیدن درباره اسلام کرد. پیامبر خدا صلی الله علیه و آله فرمود: پنج نوبت نماز خواندن در شبانه روز. مرد گفت: غیر از این پنج نوبت نماز دیگری هم بر عهده من هست؟

فرمود: نه. مگر آن که بخواهی داوطلبانه بخوانی. پیامبر خدا صلی الله علیه و آله ادامه داد: و روزه ماه رمضان. مرد گفت: غیر از آن روزه دیگری هم به عهده ام هست؟ فرمود: نه، مگر آن که بخواهی داوطلبانه بگیری. رسول خدا صلی الله علیه و آله سپس زکات را برایش گفت، و مرد پرسید: آیا غیر آن زکات دیگری هم به عهده ام هست؟ حضرت فرمود: نه، مگر آن که بخواهی داوطلبانه بپردازی. مرد رفت در حالی که می گفت: به خدا قسم نه

۱- نَوَوی، ج۲، ص ۸۶۱، ح۷/۱۲۱۳.

بیش تر از این ها انجام دهم و نه کم تر. پیامبر خدا صلی الله علیه و آله فرمود: او رستگار شود، اگر راست بگوید».(۱)

از این دو حدیث معلوم می شود که چرا پیامبر صلی الله علیه و آله در آموزش دادن تازه مسلمانان، به تعلیم وظایف و واجبات اصلی اسلامی بسنده می کرده است. علتش آن بوده که پایه های ایمان را در دل ها استوار گرداند و بسیاری از مستحبات و کارهای نیک را به آن ها بیاموزد. از ماجرای آمدن هیأت نمایندگی قبیله ثقیف نزد پیامبر صلی الله علیه و آله برای بیعت کردن با آن حضرت نیز روشن می شود که پیامبر خدا صلی الله علیه و آلهبرای اصلاح رفتار از اصل تدریج استفاده کرده است. داستان این است که:

هیأت نمایندگی ثقیف نزد پیامبر خدا صلی الله علیه و آله آمدند. پیامبر صلی الله علیه و آله آن ها را در مسجد جای داد تا بیش تر تحت تأثیر قرار بگیرند. آنان شرط کردند که زکات نپردازند، در جهاد شرکت نکنند، و رکوع و سجود [نماز] نکنند. پیامبر خدا صلی الله علیه و آله فرمود: باشد،

زکات ندهید و در جهاد شرک نکنید، اما در دینی که در آن رکوع نباشد خیری نیست.(۲)

از جابر نیز روایت شده است که وقتی ثقیف با رسول خدا صلی الله علیه و آله بیعت کردند و شرط گذاشتند که زکات و جهاد برعهده آن ها نباشد، شنید آن حضرت می فرماید:

«اسلام که آوردند به زودی خودشان هم زکات خواهند داد و هم در جهاد شرکت خواهند کرد».(۳)

از نمونه های خوب استفاده پیامبر صلی الله علیه و آله از اصل تدریج در اصلاح رفتار، سفارش آن حضرت به معاذ بن جبل، در هنگام اعزام او به یمن است. ابن عباس می گوید که پیامبر صلی الله علیه و آله به معاذ فرمود:

«تو به میان مردمی خواهی رفت که اهل کتابند. پس، هرگاه نزد ایشان رفتی آنان

۱- نَوَوی، ج۲، ص ۸۵۷، ح۲/۱۲۰۸.
۲- شیبانی، ج۳، ص ۲۴۰.
۳- شیبانی، ج۳، ص ۲۴۰.

را دعوت کن به این که گواهی دهند معبودی جز خدا نیست و محمد پیامبر خداست، اگر پذیرفتند آن گاه به آن ها بگو که خداوند در شبانه روز پنج نوبت نماز بر آنان واجب ساخته است، و اگر این را پذیرفتند، به آن ها بگو که خداوند بر آنان صدقه واجب ساخته است که از ثروتمندانشان گرفته شود و به نیازمندانشان داده شود. اگر این را پذیرفتند، پس، از گرفتن عزیزترین داراییهایشان پرهیز کن، و از نفرین

ستمدیده بترس زیرا که میان آن و خدا هیچ مانع وحایلی نیست»(۱)

پیامبر صلی الله علیه و آله به معاذ بن جبل توصیه نکرد که از مردم یمن بخواهد همه این وظایف را به یکباره انجام دهند؛ چرا که اگر این کار را می کرد تحملش برای آنان دشوار می شد و چه بسا که از اسلام رمیده می شدند، بلکه به او سفارش فرمود که این وظایف را به تدریج از ایشان بخواهد و از مهم تر شروع کند و به ترتیب اهمیت پیش رود، زیرا که این کار تأثیر زیادی در سرعت پذیرش اسلام از سوی آنان داشت. ملاحظه می شود که پیامبر صلی الله علیه و آله از روزه و حجّ سخنی نمی گوید؛ شاید علتش آن باشد که این دو در بین عرب ها شناخته شده بود، شاید هم به این دلیل بوده که آن حضرت سه رکن اولیه اسلام را در صدر توجه و اهتمام خود قرار داده است؛ چون وقتی اسلام در دل های آن ها رسوخ می کرد به جا آوردن دو رکن دیگر، یعنی روزه و حج، برایشان آسان می شد.

ص:۱۹۴

۱- ناصف، ج۲، ص۳۲۲.

فصل ششم: علم لدنّی از نگاه حدیث پیامبر صلی الله علیه و آله

الهام و رؤیا

خداوند بزرگ سرچشـمه علم و دانش انسان است؛ چرا که او انسان را آفرید و به او زندگی و نیز حسّ و عقل بخشید تا بتواند آنچه را که خداوند بزرگ آموختن آن را برایش مقدّر کرده است ادراک کند و بیاموزد:

«اِقْرَاْ بِاص سْمِ رَبِّکَ الَّذی خَلَقَ * خَلَقَ الْاِنْسَانَ مِنْ عَلَقٍ * اِقْرَاْ وَ رَبُّکَ الْاَکْرَمُ * اَلَّذی عَلَّمَ بِاص لْقَلَمِ * عَلَّمَ الْاِنْسَانَ مَا لَمْ یَعْلَمْ»(۱)

«بخوان به نام خداونـدگارت که آفریـد. انسان را از دَلَمه ای آفریـد. بخوان که پروردگار تو بزرگوارترین است. همو که با قلم آموخت. انسان را آنچه ندانست آموخت».

«خَلَقَ االْاِنْسانَ * عَلَّمَهُ الْبَیانَ».(۲)

«انسان را آفرید. بیان را به او آموخت».

از رهگذر حواسّ و عقل است که انسان می تواند اشیا و رخدادهای پیرامونش را در دنیای بیرون ملاحظه نماید و می تواند آن ها را طبقه بندی و مقایسه و در نهایت

۱- علق /۱ - ۵.

۲- الرحمن /۳ - ۴.

نتـایجی عـام و فراگیر اسـتنتاج کنـد. هـم چنین می توانـد، باملاحظـات جدیـد و انجـام دادن پژوهش هـای تجربی، از درسـتی استنتاجاتش مطمئن شود. بدین ترتیب، آدمی می تواند حقایق بسیاری را درباره پدیده های هستی بشناسد و علوم و دانش های گوناگونی را پدید آورد. خداوند می فرماید:

«وَاللّه ُاَخْرَجَكُمْ مِنْ بُطُونِ اُمَّهاتِكُمْ لاَ تَعْلَمُونَ شَيْئًا وَجَعَلَ لَكُمُ السَّمْعَ وَ الْأَبْصَارَ وَ الْأَفْئِدَةَ لَعَلَّكُمْ تَشْكُرُونَ».(۱)

«و خـدا شـما را از شـکم هـای مادرانتان بیرون آورد و در حالی که چیزی نمی دانستیـد و برایتان گوش و چشم و دل قرار داد، باشد که سپاس گزاری کنید».

«قُلْ هُوَ الَّذی اَ نْشَاَكُمْ وَ جَعَلَ لَكُمُ السَّمْعَ وَالْأَبْصارَ وَ الْأَفْئِدَةَ قَليلاً مَا تَشْكُرُونَ».(۲)

«بگو: او کسی است که شما را آفرید و برایتان گوش و چشم و دل قرار داد اما شما اندک سپاس گزاری می کنید».

امّا شناختی که انسان از طریق حواسّ خود به دست می آورد محدود به دنیای محسوسی است که او را در میان گرفته است، به علاوه آن که این شـناخت در معرض خطا نیز هست. توانایی عقل انسان در شـناخت نیز محـدود به حدود شـناخت حسّ انسان می باشد، زیرا عقل آدمی معمولاً بر پایه داده های حسّی که از رهگذر حواسش به دست آورده است عمل می کند. افزون بر این، عقـل هم، بر اثر عوامـل بسـیاری که موجب خطـا در تفکّر می شونـد و مـا در فصـل چهـارم به این عوامـل اشـاره کردیم، دستخوش خطا در داوری می شود.

بنابراین، انسان نیاز به تحصـیل نوعی شـناخت یقینی دارد تا آنچه را نمی تواند خودش از طریق حواس و عقلش به دست آورد به او بیاموزد و در ضـمن خطاهای شـناختش را تصحیح کند. خداوند این لطف را به انسان کرده و شناختِ یقینیِ مورد نیاز را، به وسیله پیامبران و فرستادگانش و از طریق وحی و الهام و رؤیای صادقه، در

۱- نحل/۷۸.

۲- ملک/۲۳.

اختیارش نهاده است، و انسان از طریق پیامبران و فرستادگان الهی روش درست زندگی را که خیر و سعادت دنیا و آخرت او را تأمین می کند، فرا گرفت:

«کَانَ النَّاسُ اُمَّةً وَاحِدَةً فَبَعَثَ اللّه ُالنَّبِیّینَ مُبَشِّرینَ وَمُنْذِرینَ وَاَ نْزَلَ مَعَهُمُ الْکِتَابَ بِاص لْحَقِّ لِیَحْکُمَ بَیْنَ النَّاسِ فیمَا اخْتَلَفُوا فیهِ...».(۱)

«مردمان گروهی یگانه بودند، پس خداوند پیامبران را نوید دهنده و بیم دهنده برانگیخت و با آنان کتاب حق فرستاد تا در میان مردم در آنچه در آن اختلاف کردند داوری کند...».

«لَقَدْ اَرْسَلْنَا رُسُلَنَا بِاص لْبَیِّنَاتِ وَ اَ نْزَلْنَا مَعَهُمُ الْکِتَابَ وَ الْمیزَانَ لِیَقُومَ النَّاسُ بِاص لْقِسْطِ...».(۲)

«ما پیامبرانمان را با نشانه های روشن فرستادیم و با آنان کتاب و ترازو فرو فرستادیم تا مردم به داد برخیزند...».

بنابراین، خداوند متعال، از رهگذر وحی والهام و رؤیای صادق، آدمی را به شناخت های گوناگونی مجهز می کند که پاره ای از اسرار و حقایق عالم خلق و امر یا جهان پیدا و ناپیدا را برایش مکشوف سازند، یا از امور و رخدادهایی که در گذشته رخ داده یا در آینده رخ خواهند داد خبردارش کنند و یا او را به انجام دادن کارهایی مشخص فرمان دهند. در قرآن کریم آیات فراوانی وجود دارد که به علم و حکمتی که خداوند متعال، از طریق ولی، به پیامبران و فرستادگان و بندگان درستکارش داده است، اشاره می کند، و ما در کتاب قرآن و روان شناسی این آیات را، با اندکی تفصیل، مورد بحث قرار داده ایم.(۳)

دو راه کسب شناخت

بنابراین، دو راه برای کسب شناخت وجود دارد. راه اول راه حواس و عقل است

۱- بقره/۲۱۳.

۲- حدید /۲۵.

۳- محمدعثمان نجاتی، القرآن و علم النفس، ص۱۸۲ - ۱۸۶.

و این همان راهی است که معمولاً مردم، برای تحصیل شناخت، آن را می پیمایند و دانشمندان در تحقیقات علمی شان از آن پیروی می کنند. شناختِ به دست آمده از این راه با ملاحظه و مشاهده محسوسات آغاز و به پیدایش تصورات و نظام های عقلی پیچیده تر ختم می شود. راه دوم، راه وحی و الهام و رؤیای صادق است.از این راه، انسان نوع خاصّی از شناخت کسب می کند که خداوند آن را برای او می فرستد تا حقایقی را برایش آشکار سازد یا از پاره ای امور غیبی آگاهش کند یا وقایعی را که در گذشته اتفاق افتاده یا در آینده پیش خواهد آمد به او معرفی کند و یا او را مکلّف

به انجام دادن کارهای معیّنی نماید.

از نمونه های بارز علم لدنی و الهام الهی ماجرای میان موسی و بنده شایسته - جناب خضر - علیهما السلام است که در سوره کهف بیان شده است. این داستان نمونه روشنی از دو نوع علم یاد شده، یعنی علم ظاهری بر گرفته از جهان محسوسات و علم لدنی بر گرفته از وحی یا الهام، در اختیار ما می گذارد. علم موسی علیه السلام نماینده علم ظاهری است وعلم خضر نماینده علم لدنیِ برگرفته از وحی یا الهام؛ زیرا که موسی علیه السلام آنچه را در برابر دیدگان او رخ می داد می دید و براساس دیده هایش قضاوت می کرد اما خضر علیه السلام بر طبق اسرار پنهانیِ نامشهود که خداوند متعال بر او مکشوف می ساخت و بر پایه الهام الهی به او عمل می کرد.

وحی و الهام

وحی، آن گونه که شیخ محمد عبده تعریف کرده، عبارت است از:«شناختی که شخص در درون خویش می یابد و یقین دارد که آن شناخت، با واسطه یا بی واسطه، از جانب خداست. با واسطه اش یا از طریق صدایی است که به گوش او می خورد، و یا از طریق غیر صدا. فرق میان وحی و الهام این است که الهام دریافتی است که نفس به آن یقین حاصل می کند و در پی آن چیزی که الهام از او خواسته است می رود،

بـدون آن که بدانـد این الهام از کجا آمده است».(۱) قرآن کریم از طریق وحی بر پیـامبر صـلی الله علیه و آله نازل شـد. نزول وحی همراه با صدایی شبیه صدای زنگ بود و چنان پیامبر صلی الله علیه و آله را تحت تأثیر قرار می داد که در روز بسیار سرد از پیشـانی حضـرت عرق می ریخت، و اگر سـوار بر اشـتر بـود و وحی نـازل می شـد اشـتر زانـو می زد. وحی به صورت هـای دیگری هم بر پیامبر صـلی الله علیه و آله فرود می آمد از جمله: رؤیای صادق، القای قلبی توسط فرشته بدون آن که فرشـته را ببیند، مجسم شدن فرشـته به صورت یک مرد و سخن گفتن با حضرت، ظاهر شدن فرشته بر حضرت به همان شکل واقعی اش که آفریده شده است، و سخن گفتن خداوند با او بدون واسطه فرشته چنان که در حدیث اسراء و معراج آمده است.(۲)

از نمونه هـای وحی که به واسـطه فرشـته برای پیامبر صـلی الله علیه و آله روی می داد این حـدیث حـذیفه است که در آن می گوید:

«مادرم از من پرسید: چند وقت است که به پیامبر صلی الله علیه و آله سر نزده ای ؟ گفتم: از فلان زمان. مادرم به من بد و بیراه گفت. من به او گفتم: اجازه بده نزد پیامبر صلی الله علیه و آله روم و نماز

مغرب را بـا ایشـان بخـوانم و از حضـرت بخـواهم برای من و تـو از خداونـد آمرزش بخواهـد. رفتم و نمـاز مغرب را بـا ایشـان خوانـدم. آن حضـرت نمـاز عشـا را هم خوانـد، سـپس حرکت کرد و رفت. من دنبال او به راه افتادم، صـدایم را شـنید، فرمود: کیستی؟ حذیفه ای ؟ گفتم: آری، فرمود: چه می خواهی، خدا تو و مادرت را بیامرزد. سـپس ادامه داد: این فرشته ای است که تـا قبـل از امشب هرگز به زمین فرود نیامـده بود. امشب از خداونـدش اجـازه خواست که بر من سـلام کنـد و بشارتم دهـد که فاطمه بانوی زنان بهشتی، و حسن و حسین آقای جوانان بهشتی اند».(۳)

گاهی اوقات حوادثی که بنا بود در آینده اتفاق بیفتد یا در گذشته اتفاق افتاده بود

۱- شیخ محمد عبده، رساله التوحید، ص ۱۰۸.

۲- محمد رأفت سعید، الرسول المعلّم و مهجه فی التعلیم، ص ۶۰ - ۶۱.

۳- ناصف، ج۳، ص۳۵۸ - ۳۵۹.

از طریق وحی به پیامبر صلی الله علیه و آله خبر داده می شد، و آن حضرت هم این مطالب و حوادث را در احادیث و خطبه های خود برای صحابه باز گو می کرد.

وقوع وحی و الهام برای غیر پیامبران

وحی و الهام برای غیر پیامبران و فرستادگان الهی نیز پدید می آید. در قرآن کریم از وقوع وحی و الهام برای مادر موسی(۱) و حواریان عیسی(۲)، وبندگان درستکار خدا(۳) یاد شده است.

در حدیث نیز دلایل فراوانی بر وقوع الهام برای غیر پیامبران یافت می شود. برای نمونه، از اَنس روایت شده است که پیامبر صلی الله علیه و آله فرمود:

«هر کس به آنچه می داند عمل کند خداوند آنچه را نمی داند به او بیاموزد».(۴)

از ابوسعید روایت شده است که پیامبر صلی الله علیه و آله فرمود:

«از فراست مؤمن بترسید؛ زیرا او با نور خدای متعال می بیند «سپس خواند: «همانا در این نشانه هایی برای اهل فراست».(۵)

فراست یا روشن بینی و تیزهوشی نوری است که خداوند آن را در قلب هر کس که خواهد می افکند و آن شخص به واسطه آن نور امور پنهان و پوشیده را می بیند.(۶)

درباره برخی صحابه پیامبر صلی الله علیه و آله روایاتی نقل شده است که نشان می دهد گاه به آن ها الهام می شده است.(۷)

الهام، گاه از سوی فرشته است و به خیر و حق راهنمایی می کند، و گاه القایی شیطانی است که به بدی و تکذیب حق وسوسه می کند. از عبداللّه بن ابی مسعود

۱- قصص /۷.

۲- مائده/۱۱۱.

۳- عنکبوت/۶۹؛ بقره/۲۸۲. ر.ک: قرآن و روان شناسی، ص ۱۸۱ - ۱۸۸.

۴- تخریج زین الدین ابی الفضل العراقی، ج۱، ص۷۱، پ ۲.

۵- ناصف، ج۴، ص۱۵۵.

۶- ناصف، ج۴، ص۱۵۵.

۷- ر.ک: نَوَوی، ج۲، ص۱۲۰۶، ح۲/۱۵۰۵؛ ناصف، ج۳، ص۳۴۲.

روایت شده است که پیامبر صلی الله علیه و آله فرمود:

«شیطان به فرزند آدم القا می کند و فرشته نیز القا می نماید. القای شیطانی وسوسه کردن به بدی و تکذیب حق است، و القای فرشته راهنمایی کردن به خوبی و تصدیق حق است. پس، هرکس چنین القایی را احساس کرد بداند که آن از جانب خداست و خداوند متعال را سپاس گوید، و هر کس آن دیگری را احساس کرد از شیطان به خدا پناه بَرَد. حضرت سپس این آیه را خواند: شیطان به شما وعده فقر می دهد و به زشتکاری فرمانتان می دهد - تا آخر آیه».(۱)

روان شناسی جدید با رویکردی مادی به تفسیر شناخت می پردازد، چه، شناخت حسّی را پایه اصلی شناخت انسانی می داند. روان شناسان جدید، در مسأله یادگیری و کسب شناخت به علم و معرفتی که انسان از رهگذر وحی یا الهام و یا رؤیای صادق به دست می آورد، نمی پردازند؛ چرا که اینان خود را ملزم به بررسی آن دسته از پدیده های روانی می دانند که بتوان آن ها را مشاهده یا قیاس کرد و یا در

حیطه پژوهش تجربی درآورد، و آن پدیده های روانی و روحی را که چنین نباشند از دایره بحث و تحقیق روان شناسی کنار نهاده اند.

همین رویکرد مادی در تفسیر پدیده های روانی، و پایبندی، به روش های علمی عینی که در علومی چون فیزیک و زیست شناسی و روان شناسی به کار گرفته می شوند، باعث شده است تا روان شناسی جدید، در هنگام بررسی موضوع یادگیری و کسب شناخت، تنها یک منبع برای دانش و شناخت انسان قایل باشد و آن شناخت حسّی است که تدریجا به شکل گیری معانی کلی وتصورات مجرّد عقلی و دستگاه های پیچیده عقلی می انجامد.

زمانی که روان شناسی معاصر «تفکر خلّاق» را بررسی می کند به مسأله «الهام» نیز می پردازد. روان شناسان نمونه هایی از الهام را که بعضا در اثنای خواب و گاه در حین بیداری برای برخی از دانشمندان ونویسندگان پیش آمده است نام می برند امّا

۱- شیبانی،ج۱، ص۱۰۵.

الهام در این حالت ها را نتیجه نضج یافتن ایده در ذهن های آن ها، پس از مدتی استراحت فکری، می دانند. چرا که در این مدّت اذهانشان از پاره ای ناخالصی ها و موانع تفکر رها می شود و عناصر موضوع نظم و سامان می یابد و ناگهان در ذهن رابطه های جدیدی ظهور می کند که قبلاً وضوح نداشت، و راه حلی که اندیشمند مدت ها در پی آن بود روشن می شود. روان شناسان به ظهور ناگهانی دیده جدید یا حلّ مشکل نام «الهام» اطلاق می کنند. پس، بر این اساس، الهام چیزی نیست که از بیرون ذهن وارد ذهن شود بلکه منبعث از ذهن انسان و حاصل نظم بخشیدن به عناصر موضوع در ذهن است.

میان نظر روان شناسی جدید و دیدگاه دینی در تفسیر الهام می توان سازش برقرار کرد. روان شناسی جدید در تفسیر خود از الهام در سطح فرایندهای فیزیولژیک که در مغز رخ می دهد، و فرایندهای روانی که به همراه دارد متوقف می شود اما اگر به الهام از منظر دینی نگاه کنیم خواهیم دید که این تفسیر کافی نیست؛ چرا که خداوند سبحان در همه هستی و در همه آفریدگان و در همه حوادثی که در این عالم هستی رخ می دهد دخل و تصرّف می کند و به هر ریز و درشتی علم دارد و بر هر کاری تواناست. در قرآن کریم می خوانیم:

«وَ مَا یَعْزُبُ عَنْ رَبِّکَ مِنْ مِثْقَالِ ذَرَّهٍ فِی الْأَرْضِ وَ لَا فِی السَّمَاءِ وَ لَا اَصْغَرَ مِنْ ذلِکَ وَ لَا اَکْبَرَ اِلَّا فی کِتَابٍ مُبینٍ».(۱)

«و هم سنگ ذرّه ای نه در آسمان و نه در زمین از پروردگارت نهان نمی ماند. نه خردتری از آن و نه درشت تری از آن جز آن که در کتابی روشن است».

«اَلَمْ تَعْلَمْ اَنَّ اللّه َ یَعْلَمُ مَا فِی السَّمَاءِ وَ الْأَرْضِ».(۲)

«آیا نمی دانی که خدا آنچه را در آسمان و زمین است می داند».

۱- یونس/۶۱.

۲- حجّ/۷۰.

«اَوَ لاَ يَعْلَمُونَ اَنَّ اللّه َ يَعْلَمُ مَا يُسِرُّونَ وَ مَا يُعْلِنُونَ».(۱)

«آیا نمی دانند که آنچه را در نهان و آشکار انجام دهند خدا می داند».

«اَلَمْ تَعْلَمْ اَنَّ اللّه َ عَلی کُلِّ شَیْ ءٍ قَدیرٌ».(۲)

«آیا ندانسته ای که خدا بر هر چیز تواناست».

بنابراین، زمانی که انسان درباره کاری و موضوعی می اندیشد خداوند بزرگ از آنچه در ذهن او می گذرد آگاه است و اگر بخواهد، می تواند ذهن او را در جهتی سوق دهد که به اندیشه تازه ای یا راه حلّ جدیدی برای یک مشکل برسد. پس الهام در این حالت، در حقیقت، نشأت گرفته از خداوند متعال است، هر چند از نظر روان شناسان برخاسته از ذهن خود انسان و حاصل فرایندهای ذهنیی است که در حین تفکر و بدون دخالت هرگونه نیروی دیگری به وجود می آید.(۳)

اما باید بدانیم که هر چیزی در این عالم با علم و قدرت و مشیّت خداوند بزرگ انجام می پذیرد، و مغز انسان و فرایندهای فیزیولوژیکی و ذهنی که هنگام تفکّر در سلول های مغز می گذرد نیز از این اصل مستثنا نمی باشد. در منطقه پیشانی مخ که در قسمت جلو مغز واقع است، مراکز عالی ذهن، مانند خواندن ونوشتن و یادگیری و یادآوری و تکلّم و تفکّر، جای دارد. جلو سر همان «ناصیه» است که در دعاهای پیامبر خدا صلی الله علیه و آله از آن نام برده شده است. مثلاً می فرماید:

«بارخدایا، من بنده تو و فرزند بنده تو هستم و ناصیه ام در دست توست...».(۴)

این جمله حضرت که: «ناصیه ام در دست توست» آشکارا اشاره به این دارد که ناصیه انسان، یعنی قسمت پیشین مغز او که شامل منطقه پیشانی مغز می شود و

مراکز فعالیت های عالی ذهنی انسان در این منطقه قرار دارد، در اختیار خداوند پاک است و هر طور بخواهد در آن دخل و تصرف می کند و در هر جهتی، که بخواهد

۱- بقره/۷۷.

۲- بقره/۱۰۶.

۳- در این باره رجوع کنید به: القرآن وعلم النفس، ص۱۸۷ - ۱۸۸.

۴- مسند احمد، ج۱، ص۳۹۱.

هدایتش می نماید. بنابراین، هرگاه خداوند متعال بخواهد، فرایند اندیشیدن را که در مراکز فیزیولوژیک منطقه پیشانی مغز رخ می دهد طوری هدایت و جهت دهی کند که به اندیشه های جدیدی منجرّ شود، و این همان الهام است.

قرآن کریم نیز در سوره علق، به این معنا اشاره کرده است. خداوند متعال می فرماید:

«کَلَّا لَئِنْ لَمْ یَنْتَهِ لَنَسْفَعًا بِاص لنَّاصِیَهِ * نَاصِیَهٍ کَاذِبَهٍ خَاطِئَهٍ».(۱)

«نه، که اگر بس نکند ناصیت او را بکشیم. ناصیتی دروغ زن خطا کار».

«ناصیه دروغ زن خطا کار» به چه معناست؟ دروغ زن و خطا کار بودن قسمت پیشین مغز چه معنا دارد؟ تنها معنایی که از این عبارت می توان فهمید این است که: قسمت پیشین مغز شامل منطقه پیشانی مخ است، و مراکز فعالیت های ذهنی مانند راست و دروغ و درست و نادرست و دیگر فعالیت های عالی ذهنی در این منطقه واقع شده است. بنابراین، دروغگویی و خطاکاری او، نخست، در مراکز فعالیت های ذهنی مخ، واقع در قسمت پیشین مغز، انجام می گیرد سپس، به اقتضای موقعیت، در رفتار لفظی یا حرکتی نمایان می شود.

خواب و رؤیا

رؤیا فعالیتی ذهنی است که در هنگام خواب رخ می دهد و انسان در آن اشکال و حوادث گوناگونی می بیند و به فعالیت ها و اقدامات فراوانی می پردازد که پس از بیدار شدن گاه آن ها را به یاد دارد و گاه یادآوری آن ها برایش سخت است. رؤیاها گاه روشن و مفهوم و به آسانی قابل تعبیر و تفسیرند و در پاره ای موارد پیچیده و گنگ و به سختی قابل تفسیر و تعبیرند. از دیرباز اندیشمندان سعی کرده اند خواب ها را تعبیر کنند و معنا و علل پیدایش آن ها را بشناسند. آن ها برای خواب و رؤیا علت های مختلفی ذکر کرده اند و گفته اند که رؤیاها نتیجه تأثیرپذیری شخص

۱- علق/۱۵ - ۱۶.

خوابیده از برخی عوامل تأثیرگذار حسی است، خواه این عوامل از خارج باشند مانند صداها و نورها و بوها یا برخاسته از درون بدن خود شخص مانند احساس گرسنگی و تشنگی و درد و دیگر احساسات بدنی. گاهی اوقات رؤیاها عبارت از ظهور پاره ای صورت های حسی در قوه خیال شخص خوابیده است، یعنی وقایع گذشته زندگی او که در ذاکره اش اندوخته شده اند. گاه ادامه اندیشیدن در هنگام خواب راجع به پاره ای مسائل مهم است که در بیداری به آن ها فکر می کرده است. برای مثال برخی از دانشمندان گفته اند که در خواب های خود راه حل هایی برای مشکلات علمیِ که در هنگام بیداری به آن ها می اندیشیده اند، یافته اند. گاه عبارت از آزاد سازی پاره ای امیال و آرزوهاو ارضای آن ها در عالم رؤیاست، چرا که در بیداری انسان نمی تواند آن ها را ارضا کند. بسیاری اوقات انسان تحقق آرزوها و امیال و آرمان های خود را که در زندگی اش تحقق نیافته اند، در عالم خواب می بیند. گاه، رؤیاها عبارتند از مصالحه ای که طیّ آن کشمکش میان برخی انگیزه های سرکوفته و مقاومت روانی که مانع ظهور آن انگیزه ها در خودآگاه می شوند - چون ادراک آن ها باعث اضطراب می گردد - بر طرف می شود. این مصالحه معمولاً، به صورت یک رؤیای پیچیده ظهور می کند. این روشی است که زیگموند فروید، بنیان گذار مکتب روانکاوی، در تعبیر رؤیاها اتّخاذ کرده است. رؤیاها گاه پیشگویانه یا کشفی هستند یعنی یا از حوادثی که بعدا رخ خواهند داد خبر می دهند، خواه نوید دهنده حادثه خوبی باشند خواه هشدار دهنده نسبت به حادثه بد و ناگواری، یا از پاره ای اسرار و حقایق پنهان و برخی امور غیبی پرده بر می دارند. این نوع از خواب ها را رؤیا می نامند. بسیاری از اندیشمندان گذشته به رؤیاهای پشگویانه یا کشفی عقیده داشته اند، و در ادیان آسمانی نیز از این گونه رؤیاها یاد شده است، اما روان شناسی جدید بررسی آن را مورد غفلت قرار داده و توجه خود را به بررسی دیگر انواع رؤیاها که نام بردیم منحصر کرده است.

ص:۲۰۵

رؤیا

در قرآن کریم از «رؤیا» و «اضغاث احلام» یا خواب های آشفته یاد شده است. «رؤیا» یک وقت جنبه پیشگویی یا کشف دارد و از طریق آن خداوند متعال از یک حقیقت غیبی یا کاری که در آینده اتفاق خواهد افتاد خبر می دهد، و یک وقت - به ویژه اگر از جانب یک پیامبر باشد - خواب بیننده را مکلّف به انجام کاری می کند. اما

«اضغاث احلام» یا خواب های پریشان خواب های پیچیده و مهمّی هستند که تعبیر آن ها دشوار است و به نظر می رسد بسیاری از رؤیاهایی که روان شناسان جدید آن ها را بررسی می کنند، به ویژه رؤیاهای سمبلیک پیچیده که تعبیر آن ها تنها پس از یک تحلیل پر مشقّت میسر است، در زمره این دسته از رؤیاها قرار دارند.

قرآن کریم بسیاری از رؤیاهای پیامبران را نام برده است، مانند رؤیای ابراهیم علیه السلام درباره ذبح کردن فرزندش اسماعیل علیه السلام. این رؤیا از آن نوع رؤیاهایی است که طی آن خداوند متعال مأموریتی را به پیامبرش وحی می کند که مکلّف به اجرای آن است. خداوند متعال می فرماید:

«فَلَمَّا بَلَغَ مَعَهُ السَّعْیَ قَالَ یَا بُنَیَّ اِنِّی اَری فِی الْمَنَامِ اَنّی اَذْبَحُکَ فَاص نْظُرْ مَاذَا تَری قَالَ یَا اَبَتِ افْعَلْ مَا تُؤْمَرُ سَتَجِدُنی اِنْ شَاءَ اللّهُ مِنَ الصَّابِرینَ * فَلَمَّا اَسْلَمَا وَ تَلَّهُ لِلْجَبینِ * وَ نَادَیْنَاهُ اَنْ یَا اِبْرهیمُ * قَدْ صَدَّقْتَ الرُّءْیَا اِنَّا کَذلِکَ نَجْزِی الْمُحْسِنینَ».(۱)

«و وقتی با او به جایگاه «سعی» رسید، گفت: ای پسرک من! من درخواب می بینم که تو را سر می برم. پس، ببین چه به نظرت می آید. [اسماعیل] گفت: ای پدر من! آنچه را مأموری انجام بده. به خواست خدا مرا از شکیبایان خواهی یافت. پس، وقتی هر دو تن در دادند و [پسر] را به پیشانی برخاک افکند. او را ندا دادیم که ای ابراهیم. رؤیای خود را حقیقت بخشیدی ما نیکوکاران را چنین پاداش می دهیم».

رؤیای دیگری که قرآن کریم از آن یاد می کند رؤیای یوسف علیه السلام است. این رؤیا از نوع پیشگویی است.

۱- صافّات /۱۰۲ - ۱۰۵.

«اِذْ قَالَ يُوسُفُ لِاَبِيهِ يَا اَبَتِ اِنّى رَاَيْتُ اَحَدَ عَشَرَ كَوْكَبا وَالشَّمْسَ وَ الْقَمَرَ رَاَيْتُهُمْ لى سَاجِدينَ».(۱)

«آن گاه که یوسف به پدرش گفت: ای پدر! من یازده ستاره و خورشید و ماه را خواب دیدم، آن ها را دیدم که برای من سجده می کنند».

رؤیای دیگر خوابی است که پیامبر صلی الله علیه و آله دید. آن حضرت خواب دید که او و مؤمنان، در حالی که سرهای خود را تراشیده یا کوتاه کرده اند، وارد مکه شدند، این نیز از نوع رؤیاهای پیشگویانه است:

«لَقَدْ صَدَقَ اللّه ُ رَسُولَهُ الرُّءْيَا بِاص لْحَقِّ لَتَدْخُلُنَّ الْمَسْجِدَ الْحَرَامَ اِنْ شَاءَ اللّه ُ امِنينَ مُحَلِّقينَ رُءُوسَكُمْ وَمُقَصِّرينَ لاَ تَخَافُونَ...».(۲)

«حقّا خدا رؤیای پیامبر خود را تحقق بخشید [که دیده بود:] شما بدون شک، به خواست خدا در حالی که سر تراشیده و موی [و ناخن] کوتاه کرده اید، با خاطری آسوده و بدون آن که بترسید، در مسجدالحرام در خواهید آمد...».

قرآن کریم از غیر پیامبران نیز رؤیاهایی ذکر کرده است، مانند رؤیایی که دو جوان هم زندانی یوسف علیه السلام دیدند و تعبیری که حضرت یوسف از خواب آن دو کرد.(۳) یا رؤیای پادشاه مصر که خواب دید هفت گاو لاغر هفت گاو فربه را خوردند و نیز هفت خوشه سبز و هفت خوشه خشکیده گندم را خواب دید.(۴) وقوع رؤیا برای

پادشاه مصر و دو هم زندانی یوسف علیه السلام در زندان نشان می دهد که دیدن رؤیا منحصر به پیامبران و بندگان صالح خدا نیست بلکه افراد غیر صالح و حتّی کافران هم، بنا به حکمت و مصلحت الهی، رؤیا می بینند.

پیامبر صلی الله علیه و آله در بسیاری از احادیثش از رؤیا سخن گفته است، و خود نیز رؤیاهایی را که می دید و یا اصحابش می دیدند تعبیر می کرد. آن حضرت برای رؤیا سه نوع بر شمرده و فرموده است:

۱- یوسف/۴.

۲- فتح/۲۷.

۳- یوسف /۳۶،۴۱.

۴- یوسف ۴۷ - ۴۹

«رؤیا سه گونه است: یکی رؤیای خوب و راست که بشارتی از جانب خداست، دوم رؤیای غم انگیز که از جانب شیطان است، و سوم رؤیایی که ناشی از حدیث نفس است. پس هرگاه یکی از شما خواب ناراحت کننده‌ای دید برخیزد و نماز بخواند و آن را برای کسی بازگو نکند».(۱)

چنان که ملاحظه می شود، در این حدیث سه نوع رؤیا بر شمرده شده است. نوع اول نویدی است از جانب خداوند متعال، و رؤیای درست و راستین است. مانند رؤیاهای پیامبران که در قرآن کریم از آن ها یاد شده و پیش تر به آن ها اشاره کردیم.

نوع دوم رؤیایی است که باعث غم و ترس می شود و حقیقت ندارد. این نوع رؤیا از جانب شیطان است. نوع سوم، در واقع، حدیث نفس است و شامل خاطرات و حوادث گذشته یا مشغله های او در زندگی روزمره اش یا مربوط به آرزوها و خواست ها و آرمان های او می شود. ظاهرا، رؤیاهایی را که روان شناسان معاصر به بررسی آن ها می پردازند، از نوع دوم و سوم است. اما نوع اول، یعنی رؤیای درست یا راست، را در حیطه تحقیقات خود جای نمی دهند.

در احادیث دیگری، پیامبر صلی الله علیه و آله تنها دو نوع از این سه نوع رؤیا را نام برده است. نوع اول رؤیایی است که انسان در آن چیزهای خوشایند و مورد علاقه اش را می بیند. این نوع رؤیا را حضرت به خداوند نسبت داده است.نوع دوم، رؤیایی است که انسان در آن چیزهای ناخوشایند می بیند، و پیامبر آن را به شیطان نسبت داده است. از ابو سعید خدری روایت شده است که پیامبر خدا صلی الله علیه و آله فرمود:

«هرگاه یکی از شما رؤیایی دوست داشتنی دید آن رؤیا از نزد خداست، پس خدا را سپاس گوید و آن خواب را نقل کند، و هرگاه رؤیایی ناخوشایند دید آن رؤیا از شیطان است، پس از شرّ آن رؤیا به خدا پناه برد و آن را برای کسی بازگو نکند؛ که در این صورت به او ضرری نمی رساند».(۲)

۱- ناصف، ج۴، ص۳۰۵.

۲- ناصف، ج۴، ص۳۰۵.

در روایت دیگری از ابو قتاده آمده است که پیامبر صلی الله علیه و آله فرمود:

«رؤیـای صـالحه - و در روایتی: رؤیای خوب - از جانب خـداست، و رؤیای بـد از جانب شـیطان. پس، هر که خواب ناراحت کننده ای دید سه بار به سمت چپ خود بدمد و به خدا پناه برد، در این صورت به او گزندی نخواهد زد».(۱)

این دو حدیث حکایت از آن دارد که انسان هرگاه رؤیای خوب و خوشایندی دید باید آن را به خداوند بزرگ نسبت دهد و او را بر آن سپاس گویـد، و هرگاه رؤیای بـد و ناخوشاینـدی دیـد آن را به شـیطان نسبت دهد چون برخاسته از وسوسه های اوست، و خواب خود را برای کسـی بازگو نکنـد زیرا باعث فال بـد زدن می شود و در اسـلام از فال بـد زدن نهی شـده است. بلکه به خدا پناه برد و به او توکل کند که در این

صورت، به خواست خدا، آن رؤیا به او آسیبی نخواهد رساند.(۲) نسبت دادن رؤیای

بـد به شـیطان به این معنا نیست که او آن را به وجود آورده است؛ چرا که همه رؤیاها، خوب یا بـد، آفریده خداوند متعال و به فرمان اوست، اما خداوند سـبحان «عادت را بر این جاری ساخته است که رؤیای صادقه را هنگام حضور فرشـته گماشته بر آن رؤیا خلق کند، لذا این گونه رؤیا به فرشته نسبت داده می شود، و خداوند متعال رؤیاهای دروغین را هنگام حضور شیطان خلق می کند و از این رو به او نسبت داده می شود».(۳)

رؤیای صادق نخستین چیزی بود که نبوت حضـرت محمد صـلی الله علیه و آله با آن آغاز شد. عایشه می گوید: نخستین وحی که بر رسول خـدا صـلی الله علیه و آله شد به صورت رؤیای صادقه بود. آن حضـرت هر رؤیایی که می دید چون سپیده صـبح آشکار و محقّق می شد...»(۴)رؤیای مسلمان بشارتی الهی و بخشی از نبوّت است، اَنَس از پیامبر صلی الله علیه و آله

روایت کرده است که فرمود:

۱- نَوَوی، ج۱، ص۶۵۷، ح۵/۸۴۲.

۲- نَوَوی، ج۱، ص۶۵۷، ح۵/۸۴۲.

۳- نک: مقدمه کتاب تفسیر الاحلام الکبیر، ابن سیرین، ص۳.

۴- ناصف، ج۳، ص ۲۵۲.

«رسالت و نبوت قطع شده است» بنابراین پس از من رسول و پیامبری نخواهد آمد.

اَنس گوید: این امر [انقطاع رشته نبوت] به مردم سخت آمد پیامبر صلی الله علیه و آله فرمود: امّا

نوید دهنده ها وجود دارد. اصحاب پرسیدند: نوید دهنده ها چیست، ای رسول خدا؟ فرمود: رؤیای مسلمان با این رؤیا جزئی از اجزای نبوّت است».(۱)

از عباده بن صامت نیز روایت شده است که پیامبر صلی الله علیه و آله فرمود:

«رؤیای مؤمن یک جزء از چهل و شش جزء نبوت است».(۲)

در روایت دیگری آمده است که رسول خدا صلی الله علیه و آله فرمود :

«از نبوت فقط نوید دهنده ها باقی مانده است؟ پرسیدند: نوید دهنده ها چیست؟

فرمود: رؤیای صادق...».(۳)

پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله «بُشری» را در این آیه شریفه «لهم البشری فی الحیاه الدنیا و فی الآخره»

(ایشان را بشارت است در زندگی دنیا و در آخرت) به رؤیای صادق تفسیر کرده است.(۴) بنابراین رؤیای صادق پاره ای از نبوّت است و خداوند به وسیله آن بنده اش را از حوادث خوب یا بدی که اتفاق خواهد افتاد آگاه می کند. علت آن که در دو حدیث یاد شده به ذکر خواب های نوید بخش اکتفا شده، آن است که رؤیای صادق اغلب از این دست هستند، یا دلیلش آن است که با ذکر آن ها نیازی به ذکر رؤیاهای هشدار دهنده نمی باشد.(۵) بعضی از علما این سخن پیامبر صلی الله علیه و آله را که «رؤیا جزئی از چهل و شش جزء نبوت است» این گونه تفسیر کرده اند که: مدت زمان نزول وحی بر پیامبر صلی الله علیه و آله بیست وسه سال بود و از این مدت شش ماه آن با رؤیای صادق گذشت.

۱- ناصف، ج۳، ص ۲۵۲.

۲- ناصف، ج۳، ص ۲۵۲.

۳- نَوَوی، ج۱، ص۶۵۵، ح ۱/۸۳۸.

۴- محمد بن سیرین، کتاب تفسیر الاحلام الکبیر، ص۱۹.

۵- نَوَوی، ج۱، ص۶۵۵.

نسبت این شش ماه به بیست وسه سال نسبت یک به چهل و شش است.(۱) در روایت دیگری، رؤیای صادق یکی از چهل جزء و در دیگری یکی از چهل و پنج جزء و در روایتی یکی از هفتاد جزء نبوت شمرده شده است. این تفاوت بر حسب حال خواب بیننده است، برای مثال رؤیای شخص گنهکار یکی از هفتاد جزء است و رؤیای شخص صالح یکی از چهل جزء است، یعنی رؤیای او صادق تر است.(۲) مؤمن صالح راستگو رؤیایش صادق است، و هرچه راستگوتر باشد رؤیایش راست تر است. در روایتی از پیامبر صلی الله علیه و آله آمده است که فرمود:

«هر یک از شما راستگوتر باشد رؤیایش راست تر است...»(۳)

تعبیر خواب ها و رؤیاها

انسان از دیرباز، برای شناخت معانی رؤیاها و رمز و رازهایی که در آن ها نهفته است و نویدها یا هشدارهایی که خواب ها می دهند، به تعبیر و تفسیر رؤیا اهتمام ورزیده است. در طول تاریخ، در جوامع گوناگون کسانی پیدا شده اند که در تعبیر خواب خبره بوده و در این باره کتاب هایی نوشته اند و قواعدی برای کشف اسرار رموز و سمبل های رؤیاها وضع کرده اند. بدون شک، عرب های پیش از اسلام نیز روش های خاصّ خود را برای تعبیر رؤیا داشته اند اما تا آن جا که من می دانم، اطلاعاتی در این باره به ما نرسیده است، ولی با نزول قرآن که در برخی آیات آن سخن از خواب ها و رؤیاهایی همراه با تعبیر آن ها به میان آمده، و هم چنین با وارد شدن احادیثی از پیامبر صلی الله علیه و آله درباره خواب و رؤیا، که به تعدادی از آن ها اشاره شد، و تعبیر آن حضرت از پاره ای رؤیاهایی که خود آن بزرگوار و یارانش می دیدند، روش خاصی برای تعبیر رؤیاها در جامعه اسلامی پدید آمد که اساسا متکی بر تمثیل ها و

۱- ناصف، ج۴، ص۳۰۴، پ۳.

۲- ناصف، ج۴، ص۳۰۴، پ۳.

۳- ناصف، ج۴، ص ۳۰۵.

تشبیهات و نمونه های دقیقی از تعبیر خواب بود که در قرآن و حدیث آمده اند. و این ها مبنایی شد برای ایجاد روش خاصّی در تعبیر عناوین رؤیاها. از نمونه های تعبیر نمادین رؤیاها که از تمثیل ها و تشبیهات قرآن و برخی عبارات آن گرفته شده است تعبیر ریسمان در خواب دیدن به عهد و پیمان است که از این آیه شریفه مأخوذ است: «و اعتصموا بحبل اللّه جمیعا» «همه به ریسمان خدا چنگ زنید»، تعبیر تخم شترمرغ به زن که بر گرفته از این بیان خداوند در وصف زنان است: «بیض مکنون» ([از شدت سپیدی] گویی تخم شتر مرغ زیر پَراند)، و تعبیر چوب در خواب دیدن به منافق، که بر گرفته از این فرموده خداوند در وصف منافقان است: «کأنّهم خشب مسنّده»

«گویی چوب هایی تکیه داده بر دیوارند»، و تعبیر کشتی به نجات یافتن که برگرفته از این سخن خداوند است: «فأنجیناه و اصحاب السّفینه» «پس او را و کشتی نشینان را نجات بخشیدیم» و موارد دیگر.

از جمله موارد تعبیر نمادین رؤیاها که از تمثیل های به کار رفته در احادیث پیامبر صلی الله علیه و آله گرفته شده تعبیر موش دیدن در رؤیا به زن بدکاره و تعبیر سگ گیرنده و کلاغ به مرد بدکاره است و این هر دو بر گرفته از این سخن رسول گرامی اسلام است که فرمود: «پنج چیز فاسق اند، و کلاغ و زغن و عقرب و موش و سگ گیرنده را نام برد»، و یا تعبیر قاروره [بطری و شیشه دارو] به زن؛ زیرا پیامبر صلی الله علیه و آله فرموده است:«از

قاروره ها بپرهیزید».(1)

اثر قرآن و حدیث در کتاب های تعبیر خواب که در جامعه اسلامی پدید آمده اند و مشهورترین آن ها کتاب تعبیر خواب محمد بن سیرین است، آشکارا پیداست.خوابگزاران معتقدند که یکی از شرایط ضرور و لازم که باید در خوابگزار وجود داشته باشد شناخت کتاب خدا و از حفظ داشتن حدیث است. برای مثال، ابن سیرین در باب اول کتاب تعبیر خواب خود می گوید: «خداوند من و تو را به طاعتش موفق بدارد، که چون رؤیا یک جزء از چهل و شش جزء نبوت است، لازم

۱- محمد بن سیرین، کتاب تفسیر الاحلام الکبیر، ص۴ - ۵.

است که خوابگزار: عالم به کتاب خدا، حافظ احادیث رسول خدا صلی الله علیه و آله، آشنا به زبان

عرب و اشتقاق واژگان، آگاه به روحیات مردم، خویشتندار، دارای اخلاق پاکیزه، و راستگو باشد تا خداوند او را به تعبیر درست خواب موفق بدارد...».(۱)

تأثیر قرآن و حدیث در زمینه تعبیر خواب را در آرای فلاسفه و متفکران مسلمان، امثال فارابی(۲) ابن سینا(۳)، نیز آشکارا ملاحظه می کنیم؛ چرا که اینان رؤیای صادق را نتیجه ارتباط نفس با جهان برین (به نظر فلاسفه، عقل فعّال) و دریافت وحی و الهام از او می دانستند.

حدیث و تعبیر خواب

بعضی خواب ها معنایشان روشن است و نیازی به تعبیر ندارند، اما برخی دیگر نمادین و پیچیده هستند و معنای آن ها در نمادها و رمزها پوشیده اند، و لازم است معنای این نمادها تفسیر شوند تا بتوان به معنای رؤیا پی برد. برای تعبیر خواب چندین راه وجود دارد، از جمله تعبیر کردن با کمک گرفتن از نام هایی که در رؤیا دیده می شود یا مشتقّات آن ها. پیامبر صلی الله علیه و آله پاره ای از رؤیاهای خود را به همین شیوه تعبیر می کرد و یارانش را نیز به تعبیر رؤیا با این روش توصیه می کرد، و می فرمود:

«هرگاه رؤیا برایتان کنگ بود از نام ها کمک بگیرید».(۴)

نمونه تعبیر رؤیا با استفاده از نام ها این رؤیاست که پیامبر صلی الله علیه و آله دید و فرمود:

«شبی خواب دیدم که گویا در خانه عقبه بن رافع هستیم و برایمان مقداری خرما از خرماهای ابن طاب آوردند. من این خواب را تعبیر کردم به رفعت یافتن مان در

۱- محمد بن سیرین، کتاب تفسیر الاحلام الکبیر، ص ۴ -۵.

۲- فارابی، آراء اهل المدینه الفاضله، باب المنامات و اسبابها.

۳- محمد عثمانی نجاتی، الادراک الحسّی عند ابن سینا، بحث فی علم النفس، عندالعرب، ص ۲۰۹، ۲۱۸.

۴- محمد بن سیرین، پیشین، ص۲۵.

دنیا و عافیت در عقبی و این که دینمان پاک و طیب است».(1)

پیامبر صلی الله علیه و آله رفعت یافتن خود و مسلمانان در دنیا را از نام «رافع» که در رؤیا آمده است، و عافیت در عقبی را از نام «عقبه» و پاکیزگی دین را از نام «طاب» برداشت کرد. یکی دیگر از نمونه های تعبیر رؤیا با نام ها تعبیری است که پیامبر صلی الله علیه و آله از رؤیای عبداح بن سلام به عمل آورد. عبداللّه گفت:

«خواب دیدم که گویا در باغی هستم و در وسط باغ ستونی است، و بالای ستون دستگیره ای است. به من گفته شد: از این ستون بالا رو. من گفتم: نمی توانم. خدمتکاری آمد و جامه ام را گرفت و بالا کشید و من بالا رفتم و دستگیره را گرفتم، و در همین حال که دستگیره را گرفته بودم از خواب بیدار شدم. خوابم را برای پیامبر صلی الله علیه و آله تعریف کردم، حضرت فرمود: آن باغ، باغ اسلام است و آن ستون ستون اسلام، و آن دستگیره، دستگیره اسلام که تا زنده ای بدان چنگ زده خواهی بود».(2)

پیامبر صلی الله علیه و آله برخی رؤیاها را به معنای اشیایی که در آن ها می آمد تعبیر می کرد، برای مثال، از ابن عمر روایت شده است که پیامبر خدا صلی الله علیه و آله فرمود:

«خواب دیدم که زنی سیاه با موهایی ژولیده از مدینه خارج شد ودر مَهْیَعه یا همان جُحفه ایستاد. این طور تعبیرش کردم که وبای مدینه به آن جا منتقل می شود».(3)

پیامبر صلی الله علیه و آله خواب های صحابه را نیز تعبیر می کرد. آن حضرت صبح که می شد رو به یارانش می کرد و می پرسید: «آیا کسی از شما دیشب خوابی دیده است؟»(4) و هر

کسی خوابی دیده بود برای پیامبر صلی الله علیه و آله تعریف می کرد و حضرت هم به تعبیر آن می پرداخت. پیش تر از رؤیای عبداللّه بن سلام که پیامبر صلی الله علیه و آله آن را تعبیر کرد یاد کردیم. در این جا یک نمونه دیگر می آوریم. امّ العلاء، از بانوان صحابی پیامبر صلی الله علیه و آله

۱- ناصف، ج۴، ص۳۱۳.

۲- ناصف، ج۴، ص۳۱۴.

۳- ناصف، ج۴، ص۳۱۱.

۴- ناصف، ج۴، ص۳۰۶.

خوابی دید و آن را برای حضرت بازگو کرد، و پیامبر صلی الله علیه و آله هم تعبیرش نمود. او می گوید:

«خواب دیدم عثمان بن مظعون چشمه آبی جاری دارد، خوابم را برای رسول خدا صلی الله علیه و آله تعریف کردم، حضرت فرمود: این عمل اوست که جریان دارد».(۱)

نمونه دیگر، رؤیایی است که ام الفضل دید و آن را برای پیامبر صلی الله علیه و آله تعریف کرد و

گفت:

ای رسول خدا، خواب دیدم که گویا عضوی از اعضای بدن شما در اتاق من است.

پیامبر صلی الله علیه و آله فرمود: خواب خوبی دیده ای. فاطمه پسری به دنیا می آورد تو او را شیر می دهی. فاطمه علیهاالسلام حسین یا حسن را به دنیا آورد و من او را با شیر قُثَم شیر دادم».

همین طور هم شد. بعضی صحابه پیامبر صلی الله علیه و آله هم تعبیر خواب می کردند، از جمله ابوبکر که در این کار ماهرتر از دیگران بود.ابن عباس می گوید که مردی خدمت پیامبر خدا صلی الله علیه و آله آمد و عرض کرد:

«یا رسول اللّه! دیشب ابری را خواب دیدم که روغن و عسل از آن می چکید و مردم مشت مشت از آن می گیرند. بعضی بیش تر و بعضی کم تر. هم چنین دیدم ریسمان از آسمان به زمین وصل است و شما آن را گرفتید و بالا رفتید، و بعد از شما یک نفر دیگر همین کار را کرد، و بعد از او مرد دیگری چنین کرد، و سپس مرد دیگری آن را گرفت و ریسمان قطع شد اما دوباره برایش وصل شد. ابوبکر گفت: پدر و مادرم به فدایت ای رسول خدا، شما را به خدا اجازه دهید من این خواب را تعبیر کنم.

حضرت فرمود: تو تعبیرش کن. ابوبکر گفت: آن سایبان، سایبان اسلام است، آن روغن و عسلی که از آن می چکیده شیرینی و نرمی قرآن است، و این که مردم، یکی

۱- ناصف، ص۳۱۴.

کم تر و یکی بیش تر، از آن روغن و عسل بر می داشتند، استفاده آن ها از قرآن است که یکی بیش تر و یکی کم تر بهره می برد. و آن ریسمانِ آویخته از آسمان به زمین حقّ است که شما بر آنی و آن را در چنگ می گیری و خداوند به سبب آن شما را بالا می برد. و بعد از شما یک نفر دیگر آن را فراچنگ می گیرد و با آن بالا می رود، و پس از او نیز مردی دیگر می گیرد و به واسطه آن بالا ـ می رود، وسپس مردی دیگر آن را می گیرد اما قطع می شود و دوباره وصل می گردد و آن مرد نیز به واسطه آن بالا می رود. پدر و مادرم به فدایت ای رسول خدا، اکنون بفرمایید که درست گفتم یا خطا کردم؟ پیامبر صلی الله علیه و آله فرمود: قسمتی از آن را درست گفتی و قسمتی را اشتباه...».(۱)

در سیره ابن هشام آمده است که پیامبر صلی الله علیه و آله خوابی دید و ابوبکر آن را تعبیر کرد.

پیامبر صلی الله علیه و آله فرمود:

«خواب دیدم که لقمه ای حلوای خرما به من خورانده شد و از طعم آن لذّت بردم، اما چون خواستم آن را ببلعم تکه ای از آن در گلویم گیر کرد، و علی دستش را داخل دهانم کرد و آن را در آورد. ابوبکر گفت: ای رسول خدا، این تعبیرش یکی از جنگ های شماست که در آن به پاره ای از آنچه می خواهید می رسید و به مشکلی هم بر می خورید و علی را می فرستید و او آن را برطرف می سازد».(۲)

چنان که ملاحظه می شود، این رؤیاها مشتمل بر نمادها و رمزهایی است که هر یک از آن ها، توسط پیامبر خدا صلی الله علیه و آله و صحابه، به معنای خاصی تعبیر شده است.

ص:۲۱۶

۱- ناصف، ج۴، ص۳۱۴ - ۳۱۵.

۲- السیره النبویه لابن هشام، ج۴، ص۱۷۲.

فصل هفتم: حدیث پیامبر و مسأله رشد

اشاره

انسان هرگاه در نحوه آفرینش خود از نطفه ای ناچیز بیندیشد و این که چگونه این نطفه تخمکِ ریزی را در لوله تخمدان بارور می سازد و این تخمک بارور شده به رحم منتقل می شود و به دیواره آن می چسبد و تدریجا رشد می کند و اعضا و اندام های گوناگون آن شکل می پذیرد و خلق می شود، و استخوان و گوشت می گیرد، و همه دستگاه های گوناگون بدن پدید می آید و در نهایت به موجودی کامل و زنده تبدیل می شود که قادر به حس کردن و ادراک و اندیشیدن و یادگیری و کار و سازندگی و آباد کردن زمین است،...آری هرگاه در این همه دقت و ظرافت که نشان از قدرت و دانش و حکمت دارد اندیشه کند بی اختیار در برابر خداوند بزرگ به خاک می افتد و زبان به ستایش او می گشاید و به توانایی بی کران و پایان او بر آفرینش و نوآوری اعتراف می کند:

«اِنَّمَا یُؤْمِنُ بِاٰیَاتِنَا الَّذِینَ اِذَا ذُکِّرُوا بِهَا خَرُّوا سُجَّدًا وَ سَبَّحُوا بِحَمْدِ رَبِّهِمْ وَ هُمْ لاَ یَسْتَکْبِرُونَ».(۱)

«تنها کسانی به آیات ما می گروند که چون آن [آیات] را به ایشان یادآوری کنند سجده کنان به روی در می افتند و به ستایش پروردگارشان تسبیح می گویند و بزرگی نمی فروشند».

ص:۲۱۷

۱- سجده /۱۵.

در هر بار انزال، حدود دویست میلیون اسپرماتوزوئید خارج می شود که همگی به سوی لوله تخمدان حرکت می کنند تا خود را به تخمک رسیده و آماده باروری برسانند اما بیش تر این اسپرماتوزوئیدها در مسیر مهبل به لوله تخمدان از بین می روند و تنها حدود چند صد عدد آن ها می توانند خود را به تخمک برسانند. مطالعات جدید نشان داده است که اسپرماتوزوئیدها فقط نیم تا یک درصد از کل اسپرم را تشکیل می دهند و تنها یک اسپرماتوزوئید تخمک را بارور می سازد.

پیامبر صلی الله علیه و آله به این حقیقت اشاره کرده می فرماید:

«چنین نیست که همه آب فرزند شود...».(۱)

رشد در مرحله جنینی

اسپرماتوزوئید خود را به تخمک می رساند و دیواره آن را می شکافد و به درونش می رود و آن را بارور می سازد، و بدین ترتیب «نطفه امشاج» پدید می آید. «امشاج» جمع «مشیج» است به معنای آمیخته. نطفه امشاج نطفه ای است که از آمیختن اسپرماتوزوئید و تخمک به وجود می آید. قرآن کریم در این باره می فرماید:

«اِنَّا خَلَقْنَا الْاِنْسَانَ مِنْ نُطْفَهٍ اَمْشَاجٍ نَبْتَلیهِ فَجَعَلْنَاهُ سَمیعًا بَصیرًا»(۲)

«ما انسان را از نطفه ای آمیخته آفریدیم تا او را بیازماییم، پس او را شنوا و بینا گردانیدیم».

پیامبر خدا صلی الله علیه و آله نیز به این حقیقت اشاره کرده است آن جا که مردی یهودی پرسید: انسان از چه چیز آفریده شده است؟ و حضرت پاسخ داد:

«... از هر دو خلق می شود، از نطفه مرد و از نطفه زن...».(۳)

گفتنی است که علم جدید این حقیقت راکه «نطفه امشاج» از نطفه مرد و زن، هر

۱- محمد علی البار، الوجیز فی علم الاجنه القرآنی، ص۱۴؛ همو، خلق الانسان بین الطب والقرآن، ص۱۱۱.

۲- انسان/۲.

۳- محمد علی البار، الوجیز فی علم الاجنه القرآنی، ص۲۰ - ۲۱.

دو، به وجود می آید تنها در اواخر قرن نوزدهم و اوایل قرن بیستم کشف کرد.(۱)

پس از لقاح، تخمک بارور شده، یا به تعبیر قرآن «نطفه امشاج» به دو یافته تقسیم می شود و آن دو یافته به چهار یافته، و این فرایند انقسام ادامه می یابد به طوری که

ظرف ۷۲ ساعت به اندازه یک دانه توت می شود. این مرحله را مرحله توتی می گویند. سپس حجم آن اندکی بیش تر می شود که، در این هنگام، بانام گوی تخمی از آن یاد می شود. این گوی تخمی، تحت تأثیر پرزهای ریزی که در لوله تخمدان وجود دارد، به حرکت در می آید و طی مدت پنج تا حداکثر، هفت روز به رحم می رسد و به دیواره آن می چسبد و بدین ترتیب مرحله جدیدی، یعنی همان مرحله علقه [آویزک]، آغاز می شود. علقه، در هفته دوم بارور سازی، دارای دو لایه بیرونی (اکتودرم) و درونی (اندودرم) می شود، و در دو هفته سوم لایه میانی (مزودرم) پدید می آید. در فاصله روز بیستم و بیست و یکم در دو کناره محور علقه که بعدا بند جنین می شود توده های بدنی شروع به پدید آمدن می کنند. با پیدایش این توده های بدنی، علقه وارد مرحله مضغه [رویانی] می شود و پدید آمدن توده های بدنی تا روز سی ام ادامه می یابد، و تا پایان هفته چهارم هیچ عضو یا دستگاهی متمایز نمی شود. این مرحله را می توان مرحله «مضغه غیر مخلّقه» [رویان شکل

ناگرفته]نامید.(۲) در آغاز هفته پنجم فرایند تمایز یا شکل گیری آغاز می شود و تقریبا

۱- محمد علی البار، الوجیز فی علم الاجنه القرآنی۲ ص۲۰ - ۲۱.

۲- از رشد لایه بیرونی، مغز و اعصاب و پوست بیرونی و غدد و مو و غشاهای مخاطی دهان و بینی به وجود می آید؛ از رشد لایه میانی، قلب و عروق و خون و استخوان و عضلات و کلیه ها و پوست میانی و بخشی از غده های درونریز؛ و از رشد لایه درونی، مخاط دستگاه تنفسی ولوله و گوارش و غده تیروئید و پاراتروئید و کبد و پانکراس نک: عبدالحمید دیاب واحمد قرقوز، مع الطب فی القرآن الکریم، ص۸۲. در احادیث اشاره شده است که استخوان و عصب جنین از نطفه مرد پدید می آید، و گوشت و خون او از نطفه زن. برای مثال، از ابن مسعود روایت شده است که: رسول خدا صلی الله علیه و آله با یارانش سخن می گفت که مردی یهودی بر او گذشت. قریش گفتند: ای یهودی! این مرد مدعی است که پیامبر است. یهودی گفت: از او درباره چیزی سؤال می کنم که پاسخ آن را کسی جز پیامبر نمی داند. پس آمد و نشست و گفت: ای محمد، انسان از چه آفریده می شود؟ پیامبر صلی الله علیه و آله فرمود:«ای یهودی، از هر دو خلق می شود، هم از نطفه مرد وهم از نطفه زن. نطفه مرد نطفه ای غلیظ است و استخوان وعصب از آن پدید می آید، اما نطفه زن نطفه ای رقیق است و گوشت وخون از آن است. یهودی برخاست و گفت: آن که پیش از تو بود [پیامبران پیشین یا حضرت عیسی] نیز این گونه می گفتند احمد، ج۱، ص۴۶۵.

در پایان ماه سوم به اتمام می رسد. این مرحله را می توان مرحله «مضـغه مخلّقه» [رویان شـکل گرفته] نامید. قرآن کریم به این دو مرحله اخیر چنین اشاره فرموده است:

«...ثُمَّ مِنْ مُضْغَهٍ مُخَلَّقَهٍ وَ غَیْرِ مُخَلَّقَهٍ».(۱)

«...سپس از نطفه ای آفریده و ناآفریده».

در هفته هـای پنجم و شـشم، اسـتخوان هـا و عضـلات به وجود می آینـد و در هفته هـای شـشم و هفتم اسـتخوانها با عضـلات پوشـیده می شوند. در پایان ماه سوم و آغاز ماه چهارم، حرکت در جنین آغاز می گردد، و پس از آغاز ماه چهارم قلب شروع به زدن می کنـد. از آغاز ماه چهارم رشد شـنوایی در جنین کامل می شود و از همان زمان جنین صداهای بیرونی و قرقر شـکم مادرش را می شنود، ولی بینایی با تأخیر رشد می کند.

اما چنانچه مشیّت خداونـد متعال این باشد که تولدی صورت نگیرد مضـغه پیش از آن که شـکل بگیرد سـقط می شود. پیامبر صلی الله علیه و آله در این باره می فرماید:

«چون نطفه در رحم قرار گیرد خداوند فرشـته ای می فرسـتد. آن فرشـته می گوید: پروردگارا، شـکل گرفته یا شـکل ناگرفته؟ اگر فرماید: شکل ناگرفته، رحم ها آن را که هنوز لخته ای است دور اندازند».(۲)

قرآن کریم به همه این مراحل رشـد انسان، از آن زمان که نطفه است و در رحم مادرش قرار می گیرد تا آن گاه که تبـدیل به علقه و مضـغه و جنینی با اعضای کامل می شود، و نیز به رشد انسان پس از تولدش، از کودکی تا جوانی و سـپس پیری، اشاره کرده است و می فرماید:

۱- حجّ/۵.

۲- محمد علی البار، خلق الانسان بین الطب والقرآن، ص۲۰۹، ۲۱۰.

«وَ لَقَدْ خَلَقْنَا الْاِنْسَانَ مِنْ سُلَالَهٍ مِنْ طِينٍ * ثُمَّ جَعَلْنَاهُ نُطْفَهً فی قَرَارٍ مَکِینٍ

* ثُمَّ خَلَقْنَا النُّطْفَهَ عَلَقَهً فَخَلَقْنَا الْعَلَقَهَ مُضْغَهً فَخَلَقْنَا الْمُضْغَهَ عِظَامًا فَکَسَوْنَا الْعِظَامَ لَحْمًا ثُمَّ اَ نْشَاْنَاهُ خَلْقًا اخَرَ فَتَبارَکَ اللّه ُاَحْسَنُ الْخَالِقینَ».(۱)

«هر آینه ای، انسان را از عصاره ای از گِل آفریدیم. سپس او را نطفه ای در جایگاهی استوار قرار دادیم. آن گاه نطفه را به صورت علقه در آوردیم. پس آن علقه را به صورت مضغه گردانیدیم،، و آن گاه مضغه را استخوان هایی ساختیم، بعد استخوان ها را با گوشتی پوشاندیم، آن گاه [جنین را در] آفرینشی دیگر پدید آوردیم.

آفرین باد بر خدا که بهترین آفرینندگان است».

در آیه ای دیگر می فرماید:

«یاءَیُّهَا النَّاسُ اِنْ کُنْتُمْ فی رَیْبٍ مِنَ الْبَعْثِ فَاِنَّا خَلَقْنَاکُمْ مِنْ تُرَابٍ ثُمَّ مِنْ نُطْفَهٍ ثُمَّ مِنْ عَلَقَهٍ ثُمَّ مِنْ مُضْغَهٍ مُخَلَّقَهٍ وَ غَیْرِ مُخَلَّقَهٍ لِنُبَیِّنَ لَکُمْ وَ نُقِرُّ فِی الْاَرْحَامِ مَا نَشَاءُ اِلی اَجَلٍ مُسَمًّی ثُمَّ نُخْرِجُکُمْ طِفْلًا ثُمَّ لِتَبْلُغُوا اَشُدَّکُمْ وَ مِنْکُمْ مَنْ یُتَوَفّی وَ مِنْکُمْ مَنْ یُرَدُّ اِلی اَرْذَلِ الْعُمُرِ لِکَیْلَا یَعْلَمَ مِنْ بَعْدِ عِلْمٍ شَیْئًا».(۲)

«ای مردم، اگر درباره برانگیخته شدن در شکّ اید، پس [بدانید] که ما شما را از خاک آفریده ایم، سپس از نطفه، سپس از علقه، آن گاه از مضغه، دارای خلقت کامل و [احیانا] خلقت ناقص، تا [قدرت خود را] بر شما روشن گردانیم؛ و آنچه را اراده می کنیم تا مدّتی معیّن در رحم ها قرار می دهیم، آن گاه شما را [به صورت] کودک بیرون می آوریم، سپس تا به سرحدّ رشدتان برسید، و برخی از شما [زودرس] می میرد، و برخی از شما به غایت پیری می رسد به گونه ای که پس از دانستن [بسی چیزها] چیزی نمی داند».

در این آیه ها، قرآن کریم بر مراحل گوناگونی که رشد جنین می گذراند اشاره کرده است: مرحله نطفه، سپس مرحله علقه، سپس مرحله مضغه، آن گاه دمیدن روح در او و تبدیلش به مخلوقی جدید که نبض زندگی در او می زند و دارای گوش و چشم و حرکت می شود. پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله نیز از مراحل پیدایش جنین در شکم مادرش، یعنی

۱- مؤمنون /۱۲ - ۱۴.

۲- حج/۵.

ابتدا نطفه، سپس علقه، بعد مضغه و آن گاه تبدیل شدن به جنین، یاد کرده است. از اَنَس روایت شده که پیامبر صلی الله علیه و آله فرمود:

«خداونـد فرشـته ای را در رحم می گمارد، و او می گویـد: خـدایا! نطفه، خـدایا! علقه، خدایا! مضـغه، پس چون خداوند اراده کنـد که خلقت او را رقم زنـد، فرشـته گویـد:خـدایا! نر یا ماده؟ بـدبخت یا خوشـبخت؟ روزی چقـدر؟ مدت عمر چقدر؟ و به همین ترتیب در شکم مادرش می نویسد».(۱)

در روایت دیگری از حذیفه آمده است که شنید رسول خدا صلی الله علیه و آله می فرماید:

«چون چهل و دو شب بر نطفه بگذرد خداوند فرشـته ای سوی آن فرسـتد و آن فرشـته به نطفه شـکل بخشد و گوش و چشم و پوست و گوشت و اسـتخوان هایش را بیافریند، سـپس گوید: خدایا، نر باشد یا ماده؟ و پروردگار تو آنچه خواهد حکم فرماید و فرشـته بنویسد، سـپس گوید: خدایا، مدّت عمرش؟ و پروردگار تو آنچه خواهد فرماید و فرشته بنویسد، سپس گوید: خدایا، روزی اش چقدر باشد؟ و پروردگار تو آنچه خواهد حکم فرماید و فرشـته بنویسد. آن گاه فرشـته صفحه به دست خارج شود، و بر آنچه به او امر شده است چیزی نیفزاید و از آن چیزی نکاهد».(۲)

از ابن مسعود نیز روایت شده است که پیامبر صلی الله علیه و آله فرمود:

«خلقت هر یک از شـما چنین است که چهل روز در شـکم مادرش نطفه است، سپس همین اندازه به صورت علقه است، سپس همین اندازه به صورت مضـغه می ماند، آن گاه فرشته فرستاده می شود و در آن جان می دهد، و چهار مورد به او امر می شود [که بنویسد]: روزی اش، مدّت عمرش، عملش، و بدبخت یا خوشبخت بودنش...».(۳)

۱- بخاری، ج۲۴، ح۶۵۹۵؛ مسلم، ج۱۶، ص۱۹۳.
۲- مسلم، ج۱۶، ص۱۹۳ – ۱۹۴.
۳- نَوَوی، ج ۱، ص۳۶۵، ح۱/۳۹۷.

در حدیث اول، پیامبر صلی الله علیه و آله از مراحل نطفه و علقه و مضغه یاد کرده است، و در حدیث دوم از آمدن فرشته، پس از گـذشت چهل و دو شب از تکوین نطفه، برای انجام مأموریت صورتگری و آفرینش، سـخن می گویـد. این، در واقع، همان دوره و مرحله ای است که تحقیقات جدید دانش جنین شناسـی نشان داده است که در آن مرحله توده های بدنی محور مضـغه تبـدیل به اسـتخوان و عضـله می شود و سـپس اسـتخوان ها با عضـلات و گوشت پوشـیده می شوند. بدین ترتیب، ملاحظه می کنیم که میان آنچه در حدیث حذیفه آمده و آنچه مطالعات جدید جنین شناسـی درباره مراحل رشد جنین به آن رسـیده است سازگاری وجود دارد.

ظاهرا، میان حدیث حذیفه و ابن مسـعود درباره زمان حاضر شدن فرشته اختلاف است؛ زیرا بنا به حدیث حذیفه، فرشته پس از گذشت چهل و دو شب حاضـر می شود در حالی که حدیث ابن مسـعود می گوید که فرشته پس از صد و بیست روز فرستاده می شود. دانشـمندان مسلمان در گذشته برای سازش میان این دو حدیث تلاش های زیادی کرده اند. یکی از این افراد ابن قیّم جوزیّه است. او در این خصوص می گوید:

«...حـدیث حـذیفه دلالـت بر این دارد که آغاز آفرینش پس از چهل روز اول است، و حـدیث ابن مسـعود آغاز آن را پس از چهل روز سوم می دانـد. حال، چگونه این دو با هم جمع می شود؟ در پاسخ گفته شده است: حدیث حذیفه صـراحت دارد بر این که ابتـدای آفرینش پس از چهل روز است اما در حـدیث ابن مسـعود به زمان صورتگری و آفرینش اشاره نکرده بلکه در آن تحول و انتقـال نطفه پس از هر چهـل روز و این که بعـد از چهل روز سوم روح در آن دمیـده می شود، بیان شـده است، و این مطلبی است که حدیث حذیفه متعرض آن نشده بلکه مختص حدیث ابن مسـعود است. پس، هر دو حدیث در این که بعد از چهـل روز اول حـادثه ای رخ می دهـد مشترکنـد، حـدیث حـذیفه آغـاز تصویرگری و خلق جنین را بعـد از چهـل روز اول معرفی می کند، و حدیث ابن مسعود دمیدن روح در آن را بعد از چهل روز سوم ذکر

می کند، و هر دو حدیث در این مطلب اشتراک دارند که در این مدّت، فرشته از خداوند سبحان اجازه می گیرد که سرنوشت جنین را رقم زند. پس، سخنان رسول خدا صلی الله علیه و آله [در این دو حدیث به ظاهر ناهمساز] مکمّل یکدیگرند و هر قسمتی از آن قسمت دیگرش را تصدیق می کند».(۱)

بدین سان، ناهمسازی که میان حدیث حذیفه و ابن مسعود به نظر می آید برطرف می شود؛ چراکه حدیث حذیفه به آغاز شدن شکل گیری و خلق در چهل و دو شب اول اشاره دارد، اما حدیث ابن مسعود به دمیده شدن روح در جنین بعد از رسیدن آن به کمال که برایش مقدّر شده، اشاره می کند، یعنی پس از گذشت صد و بیست روز از آغاز قرار گرفتن نطفه در رحم مادرش.

با دمیدن روح در جنین، جنین وارد مرحله جدیدی از خلق می شود؛ زیرا، از این پس قادر به تحرک و شنیدن می شود، و قلبش شروع به زدن می کند و بی وقفه می تپد. قرآن کریم به این مرحله چنین اشاره فرموده است:

«...ثُمَّ اَ نْشَأْنَاهُ خَلْقًا اخَرَ فَتَبَارَکَ اللّه ءاَحْسَنُ الْخَالِقِينَ»(۲)

«... سپس او [جنین] را آفرینشی دیگر دادیم، پس آفرین باد بر خدا که بهترین آفرینندگان است».

زمانی که حدیث ابن مسعود برای کامل شدن جنین و دمیدن روح در او تعیین کرده با آنچه دانش جنین شناسی در این باره می گوید همسازی دارد. بنا به گفته دانش جنین شناسی، حرکت جنین از آخر ماه سوم و آغاز ماه چهارم، یعنی تقریبا از زمان پیدایش «نطفه امشاج» آغاز می شود.

شنوایی و بینایی

پیش تر گفتیم که رشد حسّ شنوایی جنین از ماه چهارم کامل می شود، در حالی

۱- ابن قیّم الجوزیه، تحفه المودود باحکام المولود، ص۲۵۹.

۲- مؤمنون/۱۴.

که رشد بینایی با تأخیر صورت می گیرد، بنابراین، جنین از همان زمان می تواند برخی رخدادهای خارجی را بشنود؛ چنان که نوزاد نیز بلافاصله پس از تولد قادر به شنیدن است در صورتی که تا شش ماهگی که رشد شبکیه چشمش کامل می شود نمی تواند اشیاء را واضح ببیند.(۱) علاوه بر این، شنوایی در امر یادگیری مهم تر از بینایی است؛ زیرا کودکی که کور متولد می شود یا در اوایل زندگی اش بینایی خود را از دست می دهد می تواند بیاموزد و به سطح بسیار بالایی از آموزش برسد در حالی که کودکی که ناشنوا متولد می شود نمی تواند زبان را، که مایه تحصیل علم است، فرا بگیرد، لذا از تحصیل علم ناتوان می ماند. به همه این دلایل روشن می شود که چرا، در قرآن کریم، کلمه گوش قبل از کلمه چشم آمده است، آن جا که می فرماید:

«اِنَّا خَلَقْنَا الْاِنْسَانَ مِنْ نُطْفَهٍ اَمْشَاجٍ نَبْتَلیهِ فَجَعَلْنَاهُ سَمیعًا بَصیرًا»(۲)

«ما انسان را از نطفه ای آمیخته آفریدیم تا او را بیازماییم، پس او را شنوا و بینا قرار

دادیم».

«...وَ جَعَلَ لَکُمُ السَّمْعَ وَالْاَبْصَارَ وَ الْاَفْئِدَهَ قَلیلاً مَا تَشْکُرُونَ»(۳)

«...و برایتان گوش و چشم و دل قرار دادیم، در حالی که اندکی سپاس گزاری می کنید».

«قُلْ هُوَ الَّذی اَ نْشَاَکُمْ وَ جَعَلَ لَکُمُ السَّمْعَ وَالْاَبْصَارَ وَ الْاَفْئِدَهَ قَلیلاً مَا تَشْکُرُونَ»(۴)

«بگو: او کسی است که شما را ایجاد کرد و برایتان گوش و چشم و دل قرار داد، در حالی که اندکی سپاس گزاری می کنید».

در حدیث نیز کلمه گوش و شنیدن پیش از چشم و دیدن آمده است. مثلاً روایت

۱- در این باره رجوع کنید به کتاب قرآن و روان شناسی، ص ۳۲۳. نیز نک: عبدالحمید دیاب و احمد قرقوز، مع الطب فی القرآن الکریم، ص۵۳ - ۵۴؛ محمدعلی الباز، الوجیز فی علم الاجنه القرآنی، ص ۷۱ - ۷۳.

۲- انسان/۲.

۳- سجده/۹.

۴- الملک/۲۳.

شده که پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله در هنگام سجود می گفت:

«رویم را بر خاک می نهم برای کسی که، با نیرو وتوانش، آن را آفرید و گوش و چشمش را پدید آورد».(۱)

این سخن پیامبر صلی الله علیه و آله که ایجاد شنوایی را بر ایجاد بینایی مقدّم می دارد با داده های دانش جنین شناسی سازگار است؛ چون دانش جنین شناسی روشن می سازد که پیدایش شنوایی در جنین قبل از پیدایش بینایی است.

تعیین جنسیّت

مطالعات علمی جدید نشان داده است که اسپرماتوزوئیدها دو گونه اند: یک گونه آن ها حامل کروموزوم های نرینگی هستند، و گونه دیگر حامل کروموزومهای مادینگی. اما تخمک فقط حامل کروموزوم های مادینگی است. هرگاه اسپرماتوزوئید نوع اول تخمک را بارور سازد جنین مذکّر می شود، اما چنانچه اسپرماتوزوئیدی که تخمک را بارور می کند حامل کروموزوم مادینگی باشد جنین مؤنّث خواهد شد. بنابراین، تعیین جنسیّت جنین به خواست خداوند متعال و براساس نوع کروموزوم موجود در اسپرماتوزوئیدی صورت می گیرد که تخمک را بارور می کند. ظاهرا پیامبر خدا صلی الله علیه و آله در حدیثی که ثوبان روایتش کرده، به همین حقیقت اشاره فرموده است آن جا که می فرماید:

«...نطفه مرد سفید است و نطفه زن زرد، پس هرگاه این دو نطفه با هم ترکیب شوند و نطفه مرد بر نطفه زن غالب گردد، به اذن خدا، پسر می آورند، ولی اگر نطفه زن بر نطفه مرد غالب آید، به اذن خدا، دختر می آورند».(۲)

دقیقا دانسته نیست که غالب آمدن یکی از دو نطفه بر دیگری به چه معناست امّا به نظر می رسد که اشاره به نوع اسپرماتوزوئید نطفه مرد باشد که تخمک را بارو

۱- ونسنک، ج۲، ص۴۱۵.

۲- مسلم، ج۳، ص۲۲۷.

می سازد. بنابراین، اگر اسپرماتوزوئیـد حاملِ کروموزوم نرینگی تخمک را که حامل کروموزوم مادینگی است بارور کند، این یعنی چیره آمـدن و غلبـه ویژگی هـای مردانگی بر ویژگی هـای زنـانگی، کـه در نـتیجه جنین پسـر می شـود. به نظر می رسـد خداونـد متعـال کروموزوم نرینگی را دارای طبیعتی قویتر از کروموزوم مـادینگی قرار داده است به طوری که هرگـاه با هم در آمیزنـد کروموزوم نرینگی غالب می شود.اما هرگاه اسپرماتوزوئیـدی که تخمک را بارور می سازد حامل کروموزوم مادینگی باشـد و بـا تخمـک حامـل کرومـوزوم مـادینگی در آمیزد، ایـن یعنی غـالب آمـدن و چیره گشـتن صـفات زنـانگی بر صـفات مردانگی، کـه در نـتیجه جنین مـاده می شـود. آنچه گفته شـد، برداشت نگارنـده از سـخن پیـامبر صـلی الله علیه و آله بـود، امّا حقیقت سخن آن حضرت چیست، خدا بهتر می داند.

تشـخیص جنسیت جنین در مرحله آغازین پیدایش آن ممکن نیست، زیرا، در این مرحله، بیضه وتخمدان همانندند و نمی توان آن ها را از یکدیگر بازشـناخت. تمایز این دو از هفته ششم آغاز می شود. زمانی که جنین در مرحله مضغه است دو برآمدگی کوچک یا دو جوانه در دو طرف طناب پشت (که بعدا سـتون فقرات را تشـکیل می دهد) پدید می آید. از آغاز هفته شـشم و پیش از پایان یافتن هفته هفتم، تمایز جنسیّت جنین از این دو برآمدگی آغاز می شود. اگر مقدّر شده که جنین پسـر باشد این دو جوانه به تدریـج تبدیل به بافتی شبیه بافت بیضه ها می شوند، امّا اگر مقدر شده که جنین دختر باشد آن دو جوانه، در هفته دهم، بـافتی شبیه بافت تخمـدان ها را تشـکیل می دهنـد. با آن که بیضه ها، نخست، در دو طرف سـتون فقرات در پشت جنین پدید می آیند اما طی مدّت شش ماه از جایگاه خودحرکت می کنند و در نهمین ماه وارد کیسه بیضه می شوند.(۱)

نکته شایـان توجه این که زمـان آغاز تمایز جنسـی در جنین، یعنی هفته شـشم و پیش از پایان هفته هفتم، مقارن با همان زمانی است که بنا بر حدیث پیش گفته

ص:۲۲۷

۱- عبدالحمید دیاب واحمد قرقوز، مع الطب فی القرآن الکریم، ص ۷۳ - ۷۴.

حذیفه، خداوند متعال فرشته ای را برای شکل دادن و صورت گری جنین می فرستد.

با آن که جنسیت جنین، پیش تر، در مرحله کروموزوم ها با تقدیر خداوند متعال تعیین شده است امّا این امر برای فرشته ای که خداوند توانا چهل و دو شب پس از آغاز باروری نطفه، او را برای شکل و صورت بخشیدن به مضغه می فرستد، دانسته نیست. بنابراین، سؤال فرشته از خداوند که پسر باشد یا دختر؟ با تعیین قبلی جنسیّت با تقدیر الهی منافاتی ندارد، و به گفته ابن قیّم: «میان پدید آمدن سبب پسر و دختر شدن و سؤال فرشته از خداوند متعال که کدام یک از این دو وضعیت در جنین به وجود آید تضادی نیست».(1)

و زمانی که خداوند بزرگ فرمان خود را در این زمینه صادر کند و فرشته از آن آگاه شود، غده های جنسی شروع به متمایز شدن می کنند.

رشد پس از تولّد

کودک، پس از تولدش، چندین مرحله رشد را می گذراند تا به جوانی رشید تبدیل شود.

روان شناسان، مرحله کودکی را به چند مرحله فرعی تقسیم می کنند:

۱ - مرحله شیرخوارگی که از بدو تولّد تا دو سالگی ادامه دارد. برخی روان شناسان این مرحله را به مرحله نوزادی که شامل دو هفته اول پس از تولّد می شود، و سپس مرحله شیرخوارگی که از آن پس تا سن دو سالگی را شامل می شود، تقسیم می کنند.

۲ - مرحله آغازین کودکی که از دو تا شش سالگی ادامه دارد.

۳ - مرحله میانی کودکی که از شش تا نه سالگی را شامل می شود.

۴ - مرحله پایانی کودکی که از نه سالگی تا دوازده سالگی را در بر می گیرد.

۱- ابن قیّم الجوزیّه، تحفه المودود باحکام المولود، ص ۲۸۰

در مرحله شیرخوارگی که تا پایان سال دوم طول می کشد، کودک در تغذیه وابسته به شیر مادر است، و معمولاً بعد از سال دوم از شیر گرفته می شود. قرآن کریم در این باره می فرماید:

«وَالْوَالِدَاتُ یُرْضِعْنَ اَوْلاَدَهُنَّ حَوْلَیْنِ کَامِلَیْنِ لِمَنْ اَرَادَ اَنْ یُتِمَّ الرَّضَاعَهَ...».(۱)

«و مادران دو سال کامل به کودکان خود شیر دهند برای کسی که بخواهد کامل شیر دهد...».

از آن به بعد، کودک در غذای خود به شیر مادرش تکیه ندارد بلکه می تواند غذاهای مناسب دیگر را نیز بخورد. روایت شده است که زنی از قبیله غامد که حامله بود نزد پیامبر صلی الله علیه و آله آمد و اعتراف به زنا کرد. پیامبر صلی الله علیه و آله به او مهلت داد تا فرزندش را به دنیا آورد و کودکش را از شیر بگیرد و آن گاه که کودک توانست نان بخورد، حد را بر او جاری ساخت.(۲)

آغاز مرحله میانی کودکی برابر است با آغاز سنّ رفتن به مدرسه و فرا گرفتن تعلیم و تربیت در خارج از محیط خانه، و شروع جذب شدن در زندگی اجتماعی از طریق همکلاسی ها و آموزگاران. هم چنین در این مرحله، ادراکات رو به شکوفایی می نهد و کودک قدرت تشخیص پیدا می کند. نتایج بررسی ها و مطالعات روان شناسان در این زمینه با این حدیث پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله که آغاز پیدایش تشخیص در کودک را سن هفت سالگی معرفی می کند سازگاری دارد. این همان سنّی است که پیامبر صلی الله علیه و آله برای شروع آموختن نماز به کودک تعیین کرده و فرموده است:

«کودکان خود را در هفت سالگی به نماز خواندن فرمان دهید، و در ده سالگی آن ها را برای این کار تنبیه کنید، و بسترهایشان را جدا سازید».(۳)

در مرحله پایانی کودکی (از ۹ تا ۱۲ سالگی) رشد هوش کودک شتاب می گیرد

۱- بقره/۲۳۳.

۲- ونسنک، ج۵، ص ۱۸۰.

۳- ابو داود، ج۱، ح۴۹۵؛ احمد، ج۲، ص ۱۸۰.

به طوری که در حدود اواسط این مرحله به نصف توانایی های رشد هوش او در آینده می رسد. میل او به جستجوی حقیقت و فهم پدیده های طبیعی پیرامونش افزایش می یابد، توانایی تفکر تجریدی او و نیز قدرت او بر ارزیابی و درک تفاوت های فردی به رشد خود ادامه می دهد. توانایی توجه و تمرکز او، توانایی اش در یادگیری مفاهیم – مانند مفاهیم درست و نادرست – توانایی اش در فرا گرفتن هنجارها و ارزش های اخلاقی و نیک و بد افزایش می یابد. آمادگی کودک برای مطالعه مفاهیم آموزشیِ پیشرفته تر و پیچیده تر بیش تر می شود(1)، و احساس فردگرایی و گرایش به استقلال از والدین در او آشکار می گردد، روشن است که این مرحله، در آموختن هنجارهای اخلاقی و عقاید و مبانی دین به کودک بسیار اهمیت دارد، و مربیان باید، برای تحقق این امر، همه وسایل تشویق و راهنمایی و ارشاد و قانع سازی را فراهم آورند. اما اگر در برخی کودکان انحرافی دیده شد و راهنمایی و ارشاد در آن ها اثر نبخشید، لازم است با این کودکان سختگیری شود تا عادت های بد و ناپسند در آن ها پا بر جا نشود. از همین رو، پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله دستور داده است که کودک در سن هفت سالگی به نماز خواندن راهنمایی شود تا از همان کوچکی با آن خو بگیرد و نماز در او به صورت یک عادت پایدار در آید اما اگر در سن ده سالگی از نماز خواندن خودداری ورزید و نصیحت کردن سود نبخشید، باید با او سختگیری کرد تا از مسیر نادرستی که در پیش گرفته است دست بردارد و به مسیر درست باز گردد. پیامبر صلی الله علیه و آلهمی فرماید که در سن ده سالگی کودک برای نخواندن نماز باید تنبیه بدنی شود. از حدیث پیامبر صلی الله علیه و آله پیداست که بهترین روش برای تربیت و تهذیب کودک در دوره آغازین و مبانی طفولیت نصیحت و راهنمایی و ارشاد کردن، به علاوه استفاده از ابزار تشویق و پاداش، است، و تنها زمانی باید متوسل به تنبیه و مجازات شد که کودک به مرحله پایانی طفولیت برسد، آن هم در موارد ضرور، یعنی زمانی که نصیحت و راهنمایی فایده ای نبخشد و بیم منحرف شدن کودک وتثبیت

۱- نک: حامد زهران، علم نفس النموّ، الطفوله والمراهقه، ص۲۳۹ – ۲۴۱.

عادت های بد و اخلاق ناپسند برود. در ده سالگی ادراک کودک نضج می یابد، قدرت فهمش رشد می کند، احساس هویّت شخصی و میل به استقلال و اعتماد به نفس در او پدیدار می شود. بنابراین، چنانچه کودک در این سن گرایش به چالش با ارزش ها و هنجارهای اجتماعی و اخلاقی و دینی حاکم در جامعه و میل به انحراف و نپذیرفتن نصیحت و راهنمایی بزرگترها نشان دهد، تنبیه کردن سودمند و بلکه ضرور خواهد بود، اما تنبیه نباید شدید باشد، چون، در این صورت، اثر زیانباری بر شخصیّت کودک می گذارد: ترس را در روان او بر می انگیزد، اعتماد به نفس را از وی می گیرد، و در او نسبت به تنبیه کنندگانش ایجاد نفرت می کند، و این نفرت او ممکن است بعدا همه بزرگان و افراد صاحب نفوذ و قدرت در جامعه را در بر بگیرد.

مربّیانِ مسلمانِ پیشین، به تربیت کودک و تهذیب او در سال های نخستین طفولیتش اهتمام نشان داده اند تا این که عادت های خوب و خصلت های پسندیده در او رسوخ کند. آن ها به استفاده از کلیه ابزارهای تشویق توصیه کرده اند. چنان که توسّل به تنبیه را هم، در مواردی که نصیحت و راهنمایی یا ترساندن و تهدید کارساز نباشد، از نظر دور نداشته اند، برای نمونه، ابن سینا در زمینه تربیت فرزند می گوید:

«.. پدر باید، از طریق تهدید و تشویق، و محبت کردن و بی محلّی نمودن، و روی گرداندن و روی خوش نشان دادن،، و ستایش و توبیخ، کودک خود را از خوی های زشت و عادت های بد دور کند، و چنانچه لازم شد از دستش کمک بگیرد خودداری نکند اما باید اولین تنبیه بدنی، چنان که حکمای پیشین خاطرنشان کرده اند، مختصر و دردناک و بعداز تهدید شدید و پس از آماده کردن وسایط، باشد؛ زیرا نخستین تنبیه اگر دردآور باشد کودک از تنبیهات بعد می ترسد اما اگر دردناک نباشد خیال می کند تنبیهات بعدی نیز به همین سان خواهد بود و به آن اهمیّتی نخواهد داد».(۱)

مربیان امروز در مسأله تنبیه بدنی اختلاف نظر دارند. بعضی از آن ها استفاده از

۱- ابن سینا، کتاب السیاسه، ص ۱۲ - ۱۳.

تنبیه بدنی را در برخی موارد برای تربیت و تأدیب کودک سودمند می دانند اما بعضـی دیگر مخالف به کارگیری آن هسـتند؛ زیرا در بسـیاری موارد باعث ضـربه زدن به شخصـیت کودک می شود. در بسیاری از خانواده ها، به ویژه در کشورهای غربی، رویکرد دوم حـاکم است، ولی رواج لاابـالی گری و بی مسؤولیـتی و گرایش هـای انحرافی در میـان کثیری از جوانـان موجب شـده که شـماری از مربیان طرفـدار عـدم اسـتفاده از تنبیه بـدنی در امر تربیت در عقیده خود تجدید نظر کنند، و به مفید بودن تنبیه بدنی در پاره ای موارد متقاعد شوند، به شرط آن که این تنبیه سنجیده و عاقلانه

و در یک محیط خانوادگی سرشار از عشق و محبت و تفاهم صورت گیرد. بدین سان، علمای تعلیم و تربیت جدید بازگشـت به اصول تربیتی را آغـاز کردنـد که پیش تر اسـلام آن هـا را وضع کرد و مربّیان مسـلمان درگذشـته دنبال کردنـد؛ اصولی که پیامبر صلی الله علیه و آله آن ها را، در حدیثی که قبلاً ذکر کردیم، تأسیس کرد.

نوجوانی

کـودک، پس از مرحله کـودکی، وارد مرحله نوجـوانی می شود. این مرحله از سن دوازده سـالگی آغـاز می شود و تـا حـدود بیست و یک سالگی ادامه دارد. روان شناسان مرحله نوجوانی را به سه مرحله فرعی تقسیم می کنند:

۱ - دوره آغازین نوجوانی که از دوازده سالگی تا چهار سالگی را در بر می گیرد.

۲ - دوره میانی نوجوانی که از پانزده سالگی تا هفده سالگی ادامه دارد.

۳ - دوره پایانی نوجوانی که از هیجده سالگی تا بیست و یک سالگی را شامل می شود.

نوجوانی یـک انتقال مهم و دگرگونی پرتأثیر در زنـدگی فرد به شـمار می آیـد. در این دوره تغییرات فیزیولوژیکی مهمی رخ می دهد که از مهمترین آن ها پیدایش بلوغ است. بلوغ جنسـی در پسـران با بروز نخستین احتلام، و ظهور ویژگی های جنسـی ثانوی، یعنی رویش موی زهار و موی سبیل و ریش و زیر بغل و کلفت شدن صدا

مشخص می شود، و در دختران با پیش آمدن نخستین عادت ماهانه و ظهور ویژگی های جنسی ثانوی که مهم ترین آن ها عبارتند از: رشد پستان ها و روییدن موی زهار و زیر بغل و بزرگ شدن لگن و کفلها و گرد شدن رانها و تغییر صدا در جهت نازک شدن.(۱)

سنّ بلوغ در افراد متفاوت است. در پسرها از یازده تا هیجده سالگی در نوسان است. برای مثال بعضی پسرها خیلی زود، یعنی پیش از یازده سالگی، محتلم می شوند در حالی که گاه بعضی از پسران تا هیجده سالگی دچار احتلام نمی شوند، ولی به طور متوسط، نخستین احتلام در حدود سنّ چهارده یا پانزده سالگی رخ می دهد. بلوغ در دختران در سنّی کم تر از سنّ بلوغ پسران اتفاق می افتد. دختران در فاصله نه تا هیجده سالگی بالغ می شوند اما متوسط سنّ بلوغ در آن ها حول وحوش سیزده سالگی است.(۲)

میانگین سنّ بلوغ که تحقیقات علمی جدید آن را تعیین کرده است با آنچه در برخی احادیث نبوی در این باره آمده سازگاری دارد. برای نمونه، ابن عمر می گوید:

«من چهارده سال داشتم و از پیامبر صلی الله علیه و آله خواهش کردم مرا در لشکر اسلام شرکت دهد ولی آن حضرت نپذیرفت. سال بعد که پانزده ساله شده بودم خواستم در سپاهی شرکت کنم و حضرت مرا پذیرفت».(۳)

این حدیث را دلیل بر این گرفته اند که سن پانزده سالگی سنّ بلوغ است، یعنی مرزی که صغیر را از کبیر متمایز می سازد. نافع گوید: «من این حدیث را برای عمر بن عبدالعزیز گفتم، او گفت: این مرز میان صغیر و کبیر است».(۴)

از آنچه گفته شد می توان نتیجه گرفت که پیامبر صلی الله علیه و آله سن پانزده سالگی، یا

۱- حامد زهران، علم نفس النموّ، ص ۳۰۳ - ۳۰۵.

۲- محمد جمیل محمد یوسف منصور و فاروق عبدالسلام، النمو من الطفوله الی المراهقه، ص۴۵۲؛ حامد زهران، علم نفس النموّ، ص۹۸.

۳- ناصف، ج۲، ص۲۶۸.

۴- ناصف، ج۲، ص۲۶۸.

احتلام، و یا روییدن موی زهار را از نشانه های بلوغ جنسی در پسران تلقی کرده است، که تاکنون نیز این نشانه ها برای شناخت رسیدن به بلوغ مورد اتفاق دانشمندان است.

با پیدایش بلوغ، که نخستین احتلام نشانه آن است، رشد عقلی فرد به مرزی می رسد که او را، از نظر شرعی، در برابرعمل و کردارش مسؤول قرار می دهد. از علی علیه السلام روایت شده است که پیامبر صلی الله علیه و آله فرمود:

«از سه نفر قلم [مسؤولیت] برداشته شده است: از شخص خوابیده تا آن گاه که بیدار شود، از کودک تا زمانی که محتلم شود، و از دیوانه تا زمانی که عقل خود را باز

یابد».(۱)

پختگی جنسی در کودکی که به سن پانزده سالگی رسیده، یا محتلم می شود یا موی زهارش می روید، ناگهانی به وقوع نمی پیوندد، بلکه پیش تر چندین مرحله را می گذراند و در هنگام بلوغ این پختگی کامل می شود. مکتب روانکاوی معتقد است که رشد جنسی از همان کودکی آغاز می شود و مراحل گوناگون را طی می کند تا در مرحله نوجوانی به نهایت خود می رسد.(۲) در این جا قصد آن نداریم که به بیان این مراحل بپردازیم یا وارد بحث در آن ها بشویم؛ زیرا می دانیم که تفاوت های فردی بسیاری وجود دارد. بعضی از پسران و دختران خیلی زود بالغ می شوند. تردیدی نیست که پیش از بلوغ، پاره ای فرایندهای فیزیولوژیکی و روانی رخ می دهد که زمینه را برای پیدایش بلوغ فراهم می آورد و پسر یا دختر را از لحاظ جسمی و روانی، برای نقشی که در فرایند تناسل و در نتیجه، بقای نوع باید ایفا کنند آماده می سازد. نیز شکی نیست که پسران و دختران در مرحله کودکی، به ویژه مرحله پایانی آن، احساسات و عواطفی را در خود می یابند که آن ها را به سمت جنس

۱- ناصف، ج۲، ص۳۲۸.

۲- برای ملاحظه مراحل رشد جنسی از نگاه فروید، نگاه کنید به: معالم التحلیل النفسی، فروید، ترجمه محمد عثمان نجاتی، ص ۵۵ – ۶۲.

مخالف می کشانـد. این احساسـات، در هنگام بازی و در خلال بسیاری از مناسـبت هایی که در آن ها میان کودکان دختر و پسـر اختلاـط پیش می آیـد، چه در محیـط خـانواده، و چه در خارج از آن، آشـکارا خود را نشان می دهـد. از همین رو، لازم است که خواهران و برادران از همان سنین پایین و قبل از سنّ بلوغ جنسی، جدا از هم بخوابند. پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله، بـا خردمنـدی خود، این واقعیت را دریافت، در حـدیثی که پیش تر آوردیم، دسـتور داد دختران و پسـران از سن ده سالگی در بسترهای جداگانه بخوابند.

نیازهای رشد

روان شـناسان به بررسـی نیازهـای رشـد در مرحله کـودکی و نوجوانی پرداخته انـد. مقصود از نیازهـای رشـد اموری است که کودک بایـد آن ها را فرا بگیرد تا رشد روانی او به شـیوه ای درست صورت پذیرد. روان شـناسان چند نیاز مهم برای رشد در دو مرحله کـودکی و نوجوانی ذکر کرده انـد. یکی از این نیازهـای مهم در مرحله کودکی تحقق امنیّت روانی است تـا این که شخصیّت کودک رشد سالمی داشته باشد. از مهم ترین عوامل ایجاد امنیت روانی در کودک ابراز محبت و عطوفت و مهربانی و خوش رفتـاری و توجّه نمودن به اوست. اینها اعتماد به نفس را در کودک پدیـد می آورد و کمک می کنـد تا مفهوم مثبتی از خود به دست آورد. پیـامبر اکرم صـلی الله علیه و آله نسـبت به دو نوه بزرگوار خود حسن و حسـین علیهماالسـلام، محبت و عطوفت فراوانی ابراز می داشت و به آن هـا توجه نشان می داد. آن ها را بر دوش خود می نشانـد، و غرق در بوسه می کرد. از اسامه بن زید نقل شده است که گفت:

«شبی برای کاری به در خانه پیامبر صلی الله علیه و آله رفتم، پیامبر صلی الله علیه و آله بیرون آمد درحالی که چیزی لای ردای آن حضـرت قرار داشت و نفهمیدم چیست. کارم که تمام شد عرض کردم: این چیست که زیر ردای شـماست؟ پیامبر صلی الله علیه و آله ردایش را کنار زد دیدم حسن و حسـین علیهماالسـلام به ران های آن حضرت چسبیده اند. فرمود: این دو پسران من و

پسران دختر من هستند. بار خدایا، من این دو را دوست دارم تو هم این ها را و دوستدارانشان را دوست بدار...(۱)

براء نیز می گوید:

«پیامبر صلی الله علیه و آله را دیدم که حسن بن علی علیه السلام را بر دوش خود نهاده است و می فرماید: بار خدایا، من این را دوست دارم، پس تو نیز دوستش بدار».(۲)

انس بن مالک می گوید:

«از رسول خدا صلی الله علیه و آله سؤال شد: کدام یک از اعضای خانواده خود را بیش تر دوست دارید؟ فرمود: حسن و حسین را. آن حضرت به فاطمه علیهاالسلام می فرمود: پسرانم را صدا بزن، و آن دو را می بویید و در آغوش می کشید».(۳)

ابو بریده می گوید:

«پیامبر خدا صلی الله علیه و آله در حال ایراد خطبه برای ما بود. در همین حال، حسن و حسین علیهماالسلام در حالی که پیراهن قرمز رنگ پوشیده بودند و زمین می خوردند و بلند می شدند، آمدند. پیامبر صلی الله علیه و آله از منبر پایین آمد و آن ها را در آغوش گرفت و در برابر خود گذاشت، سپس فرمود: راست فرمود خدا که: اموال و فرزندان شما دلفریبند.چشمم به این دو کودک افتاد که راه می روند و زمین می خورند، طاقت نیاوردم به طوری که سخنم را قطع کردم و آن ها را بغل نمودم».(۴)

عبداللّه بن شدّاد از پدرش نقل کرده است که گفت:

«رسول خدا صلی الله علیه و آله برای گزاردن نماز ظهر یا عصر بیرون آمد و حسن یا حسین در آغوش آن حضرت بود. پیامبر صلی الله علیه و آله برای نماز جلو ایستاد و کودک را در کنار خود نهاد و تکبیر نماز گفت و در بین نماز سجده ای طولانی به جا آورد، من سرم را بلند کردم دیدم پیامبر صلی الله علیه و آله در سجده است و طفل بر پشت او سوار است. به سجده ام باز

۱- ترمذی، ج۱۳، ص۱۹۲ - ۱۹۳.

۲- ترمذی، ج۱۳، ص ۱۹۸.

۳- ترمذی، ج۱۳، ص۱۹۴.

۴- ترمذی، ج۱۳، ص۱۹۴.

گشتم. چون رسول خدا صلی الله علیه و آله نماز را به پایان برد، مردم عرض کردند: یا رسول اللّه، در بین نمازتان چنین سجده ای طولانی به جا آوردید. ما خیال کردیم اتفاقی افتاده یا به شما وحی می شود. فرمود: هیچ یک از این ها نبود، بلکه پسرم سوار پشتم شد و دلم نیامد او را دستپاچه کنم بلکه خواستم صبر کنم تا خودش پایین آید».(۱)

از این احادیث پیداست که پیامبر صلی الله علیه و آله دو نوه بزرگوار خود، حسن و حسین علیهماالسلامرا غرق در محبت و عطوفت و مهربانی و عنایت خود می کرده است، و این خود یکی از نیازهای مهم رشد در این مرحله از کودکی را در آن دو تأمین می کرده است.

یکی دیگر از نیازهای رشد، آموختن مهارت های بنیادین در خواندن و نوشتن است. پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله به آموختن خواندن و نوشتن به فرزندان مسلمانان اهتمام نشان می داد. بهترین دلیل بر این سخن آن است که بهای آزادی اسیران بدر را سواد آموختن به ده نفر از فرزندان مسلمانان قرار داد.

از دیگر نیازهای رشد، کسب مهارت های فکری و تحصیل دانش و فرهنگ است. پیامبر صلی الله علیه و آله، همچنان که پیش تر در فصل مربوط به یادگیری گفتیم، جوانان مسلمان را به علم آموزی و کسب دانش تشویق می فرمود.

از دیگر نیازهای رشد، توسعه توانایی های جسمی و بهره برداری از آن ها و تأمین سلامت بد از طریق پرداختن به بازی های ورزشی است. پیامبر خدا صلی الله علیه و آله کودکان وجوانان را به تمرین تیراندازی و فرا گرفتن آن تشویق می کرده است. سلمه بن اکوع می گوید:

«پیامبر خدا صلی الله علیه و آله بر گروهی از قبیله اسلم گذشت که در بازار مسابقه تیراندازی می دادند، فرمود: تیراندازی کنید ای فرزندان اسماعیل، که پدرتان تیرانداز بود. تیراندازی کنید که من با بنی فلان، یکی از آن دو گروه، هستم. آن ها دست نگه داشتند، فرمود: تیراندازی کنید. عرض کردند: ای رسول خدا، چگونه تیراندازیم در حالی که شما طرف بنی فلان هستید. فرمود: تیراندازی کنید، من با همه شما

۱- ونسنک، ج۲، ص۲۳۴.

هستم».(۱)

از عقبه بن عامر نقل شده است که رسول خدا صلی الله علیه و آله فرمود:

«خداوند عزّوجل به سبب یک تیر سه نفر را به بهشت می برد: سازنده آن که از ساختن آن نیّت خیر داشته باشد، پرتاب کننده آن، و کسی که آن را به دست پرتاب کننده دهد. تیراندازی و سوار کاری بیاموزید، و من تیراندازی را از سوار کاری برای شما دوست تر دارم. لهو و سرگرمی جایز نیست مگر در سه مورد: پرداختن شخص به تربیت اسبش، ملاعبه با همسرش، و تیراندازی کردن با تیر و کمانش. هر که تیراندازی بلد باشد و آن را کنار بگذارد نعمتی را کنار گذاشته است» یا فرمود: «ناسپاسی کرده است».(۲)

از دیگر نیازهای رشد، فرا گرفتن عادت های خوب در خوردن و آشامیدن و دیگر کارهای روزمرّه انسان است. پیامبر صلی الله علیه و آله به مسلمانان، از کوچک و بزرگ، روش ها و آداب درست خوردن و آشامیدن و رفتارهای دیگر را می آموخت. برای مثال، در روایتی آمده است که پیامبر صلی الله علیه و آله فرمود:

«هرگاه کسی از شما غذا می خورد با دست راستش بخورد، و هرگاه می آشامد با دست راستش بیاشامد؛ زیرا شیطان با دست چپ خود می خورد و می آشامد».(۳)

در روایت دیگری از عمر بن ابی سلمه آمده است که پیامبر صلی الله علیه و آله به او فرمود:

«نزدیک آی پسرم، و بسم اللّه بگو و با دست راستت و از جلو خودت بخور».(۴)

از دیگر نیازهای رشد این است که کودک از همان خردسالی انجام دادن عبادات را یاد بگیرد تا به انجام دادن منظم آن ها عادت کند، هم چنین لازم است که ارزش های دینی و اخلاقی را بیاموزد. پیش تر گفتیم که پیامبر صلی الله علیه و آله فرمود از سن هفت سالگی نماز خواندن به کودکان آموخته شود. آن حضرت، هم چنین، سعی داشت

۱- ونسنک، ج۲، ص۳۱۰.

۲- ونسنک، ج۲، ص۳۱۰.

۳- ابو داود، ج۳، ص۳۴۹، ح۳۷۷۶؛ ترمذی، ج۷، ص۳۰۵، ۳۰۶.

۴- ونسنک، ج۱، ص۷۳.

که در هر مناسبتی ارزش های دینی و اخلاقی را به نوجوانان و جوانان بیاموزد، عبداللّه بن عباس می گوید که یک روز پشت سر رسول خدا صلی الله علیه و آله سوار مرکب شد.

حضرت به او فرمود:

«ای جوان، چند کلمه بر تو می آموزم: خدا را پاس بدار تا خدا هم تو را پاس بدارد، خدا را پاس بدار تا او را در برابر خود بیابی، هرگاه چیزی خواستی از خدا بخواه، و هر گاه کمک طلبیدی از خدا بطلب. و بدان که اگر همه مردم جمع شوند تا به تو سودی رسانند، سودت نرسانند مگر همان چیزی را که خدا برایت رقم زده است و اگر همه آن ها جمع شوند که به تو زیانی زنند زیانت نزنند مگر آنچه را که خدا برایت رقم زده است قلم ها برداشته شده و نبشته ها خشک شده است».(۱)

و سرانجام، از دیگر نیازهای رشد آموختن کنترل غرایز و تسلّط بر انگیزه ها و عواطف است، و این چیزی است که پیامبر صلی الله علیه و آله مردم را به آن تشویق می فرمود، و ما پیش تر، در فصل های اول و دوم، هنگام سخن از تسلّط برانگیزه ها و عواطف به این مطلب پرداختیم.

از آنچه گذشت، روشن می شود که پیامبر صلی الله علیه و آله به آموختن عادت ها و رویکردهای درست و ارزش های دینی و اخلاقی به کودکان و جوانان توجه نشان می داد، چهارده قرن پیش از آن که روان شناسان جدید از نیازهای رشد سخن بگویند، سعی داشت با تأمین نیازهای مهم رشد که موجب سلامت جسمی و روانی کودکان و نوجوانان می شود، آن ها را تربیت کند.

۱- ونسنک، ج۱، ص۴۸۱.

فصل هشتم: شخصیّت از دیدگاه حدیث

اشاره

همه تحقیقات روان شناسان، هر چند زمینه ها و عرصه های آن ها متفاوت است، در حقیقت، حول یک محور اساسی دور می زنند و آن شناختن شخصیت انسان است. امّا برای این که بتوانیم شخصیت انسان را به درستی بفهمیم باید همه عناصری را که در ساخت آن سهیم اند و کلیه عوامل تعیین کننده و تأثیرگذار در آن را بشناسیم. روان شناسان جدید نیروی زیادی صرف فهم و شناخت شخصیت انسان کرده اند و نظریات بسیاری در این باره پرداخته اند ولی تاکنون نتوانسته اند بر نظریه ی

واحد که ما را در فهم درست و روشن و جامعی از شخصیت کمک کند، همداستان شوند. علتش هم آن است که هر یک از آنان به شخصیت از زوایه خاصّی نگاه می کند که با دیدگاه او نسبت به انسان سازگار است، و توجه خود را به جنبه های معیّنی از رفتار انسانی متمرکز می سازد.

وانگهی، همه روان شناسان، به استثنای مکتب روان کاوی، نظرات خود در باره شخصیت را بر پایه نتایج مطالعات و تحقیقات گوناگونی می نهند که به آن دسته از جنبه های رفتار انسانی که می توانند تابع روش های تحقیق علمی عینی باشد، می پردازند. بسیاری از این مطالعات به پدیده های سطحی و حاشیه ای رفتار انسانی

که قابل مشاهده و مقایسه و پژوهش تجربی باشند، می پردازند و غالبا از بررسی

جنبه های اصلی و گوهری رفتار انسان که به بعد روحی انسان مربوط می شوند غفلت می کنند. به همین سبب روان شناسی جدید تاکنون نتوانسته ما را به فهم درست انسان و رسیدن به شناخت دقیق و صحیحی از شخصیّت قادر سازد. بنابراین، باید روش های جدید دیگری داشته باشیم که ما را به بررسی آن بخش از جنبه های روحی که روان شناسان جدید تاکنون نتوانسته اند به خوبی آن ها را بررسی کنند، راهنمایی کند. بدین منظور، لازم است از حقایقی که ادیان آسمانی و پیامبران و فرستادگان الهی راجع به انسان در اختیار ما نهاده است کمک بگیریم. هیچ شک و تردیدی در این حقایق راه ندارد، چون از جانب خداوند متعال که آفریننده انسان است و طبیعت او و حقیقت ساختار وجودی اش را بهتر می شناسد، آمده است:

«اَلاَ يَعْلَمُ مَنْ خَلَقَ وَ هُوَ اللَّطِيفُ الْخَبِيرُ»(۱)

«آیا کسی که آفریده است نمی داند، در حالی که او نازک بین و آگاه است».

در قرآن کریم بسیاری از حقایق مربوط به آفرینش انسان و ویژگی های شخصیت او و عواملی که در آن تأثیر می گذارد و موجب انحراف و بیماری اش می شود و نیز راه های اصلاح و درمان آن آمده است که نگارنده، پیش تر، در کتاب قرآن و روان شناسی به آن ها پرداخته است. در احادیث پیامبر صلی الله علیه و آله نیز اطلاعات فراوانی درباره طبیعت و سرشت انسان و عواملی که در رفتار آدمی تأثیر می گذارد و سبب انحراف او از فطرت سلیمش می شود و هم چنین راه های تهذیب او و جلوگیری از انحرافش، و دیگر حقایق مربوط به شخصیت انسان مطرح شده است که در فصل های پیشین به برخی از آن ها پرداختیم و در فصل های آتی به پاره ای دیگر می پردازیم.

فطرت انسان

قرآن کریم توضیح داده است که چگونه خداوند متعال انسان را از جسم و روح

۱- مُلک/۱۴.

آفرید. او آدم را از گِل ساخت و آن گاه از روح خویش در او دمید:

«اِذْ قَالَ رَبُّکَ لِلْمَلئِکَهِ اِنّی خَالِقٌ بَشَرًا مِنْ طینٍ * فَاِذَا سَوَّیْتُهُ وَ نَفَخْتُ فیهِ مِنْ رُوحی فَقَعُوا لَهُ سَاجِدینَ».(۱)

«آن گاه که پروردگارت به فرشتگان گفت: من بشری را از گِل آفرینم. پس چون او را بپرداختم و از روح خویش در آن دمیدم، در برابرش سر به خاک سایید».

در حدیث نیز سخن از خلقت انسان از جسم و روح به میان آمده است. عبداللّه ابن مسعود می گوید که رسول خدا صلی الله علیه و آله فرمود:

«خلقت هر یک از شما به این صورت است که چهل روز در شکم مادرش به صورت نطفه است، چهل روز علقه و چهل روز مضغه، سپس خداوند فرشته را می فرستد و در او روح می دمد...».(۲)

بنابراین، وجود انسان مجموعه ای است از صفات ماده و روح و ویژگی های حیوان و فرشته، نیازها و انگیزه های جسمیِ غریزی که برای زندگی و بقای او ضرورند و میان انسان و حیوان مشترکند و نیازها و انگیزه های روحی که برای ارتقای روحی و روانی آدمی و تحقّق کمال انسانی او ضرورت دارند؛ کمالی که به سبب آن این شایستگی را یافته است تا خداوند متعال او را بر دیگر آفریدگانش برتری بخشد و جانشین خود در زمین قرارش دهد.

انسان با فطرت الهی به دنیا می آید. یعنی با حسّ یکتاپرستی و استعداد شناخت خدا و توحید او، گرایش به حقّ، آمادگی برای انجام دادن کار نیک و سالم ماندن از

انحرافات. در روایتی از رسول خدا صلی الله علیه و آله آمده است:

«هر کودکی بر فطرت به دنیا می آید و این والدین او هستند که وی را یهودی و نصرانی و مجوسی می کنند...».(۳)

۱- ص/۷۱ - ۷۲.

۲- نَوَوی، ج۱، ص۳۶۵، ح۱/۳۹۷.

۳- ناصف، ج۵، ص۱۹۶. در فصل اول، ضمن سخن از انگیزه دینداری، نیز به این حدیث اشاره کردیم.

ظهور و رشـد این اسـتعداد فطری نیاز به تربیت و تهـذیب و آموزش دارد؛ زیرا گاهی اوقات کودک تحت تأثیر عوامل محیطی نادرست از فطرت سلیمش منحرف می شود و در مسیرهای نادرست قرار می گیرد؛ زیرا همان طور که در انسان استعداد فطری برای شـناخت حق و کار نیک وجود دارد هم چنین این قابلیت را داراست که تحت تأثیر پاره ای شرایط خانوادگی و اجتماعی ناصالح، به باطل و کار بد گرایش پیدا کند. به همین سـبب، پیامبر صلی الله علیه و آله فرموده: هر کودکی بر فطرت به دنیا می آید...» اما تحت تأثیر خانواده و عوامل اجتماعی و فرهنگی بعضا به یهودیت، مسیحیت و یا آیین زردشتی منحرف می شود. در حدیثی دیگر از پیامبر صلی الله علیه و آله آمده است که

خداوند فرمود:

«من همه بندگانم را حنیف [یکتاپرست] آفریدم ولی شیاطین به سراغ آن ها رفتند و ایشان را از دینشان منحرف ساختند...».(۱)

انسان بنا به فطرت خود، حق و باطل و نیک و بـد را از یکدیگر تمیز می دهد. هم چنین، با اختیار و اراده آزادی که خداوند به او بخشیده است، این استعداد را دارد که راه خوب یا راه بد را برگزیند. خداوند متعال در این باره فرموده است:

«وَ هَدَیْنَاهُ النَّجْدَیْنِ»(۲)

«و ما دو راه را به او نشان دادیم».

«اِنَّا هَدَیْنَاهُ السَّبیلَ اِمَّا شَاکِرًا وَ اِمَّا کَفُورًا»(۳).

«ما راه را به او نشان دادیم، یا سپاسگزار است و یا ناسپاس».

پیامبر

صلی الله علیه و آله نیز می فرماید:

«حلال روشن است وحرام روشن است...».(۴)

انسان، با فطرت خود حلال و حرام و حق و باطل و خوب و بد و فضیلت و

ص:۲۴۴

۱- ناصف، ج۵، ص۷۶ - ۷۷.

۲- بلد/۱۰.

۳- انسان/۳.

۴- شیبانی، ج۴، ص۱۳۸.

رذیلت را درک می کند. وابِصَه بن مَعْبَد می گوید:

نزد رسول خدا صلی الله علیه و آله رفتم، فرمود: «آمده ای که از نیکی و طاعت بپرسی؟». گفتم: آری.

فرمود: «از دل خود بپرس. نیکی و طاعت آن چیزی است که جان و دل بـدان قرار و آرامش یابد و گناه آن چیزی است که در جان آرام نگیرد ودر سینه بی تابی کند، هر چند مردم به تو هر فتوایی که خواهند دهند».(۱)

پس، انسـان به کار نیک گرایش دارد و با آن آرام می گیرد و هرگاه انجام دادن کار بـد در خاطر و ذهنش خطور کنـد دچار تردیـد می شود ودوست نـدارد که مردم از آن آگاه شونـد. نفس، فطرتا، کارهای پسـندیده و نکوهیـده را درک می کنـد.این فطرت با تربیت درست رشد و شکوفایی می یابد و با تربیت غلط پوشیده و ناشکفته می ماند.

قرآن کریم می فرماید:

«وَ نَفْسٍ وَ مَا سَوّیهَا * فَاَلْهَمَهَا فُجُورَهَا وَ تَقْویهَا * قَدْ اَفْلَحَ مَنْ زَکّیهَا * وَ قَدْ خَابَ مَنْ دَسّیهَا»(۲)

«سوگنـد به نفس و آن کس که آن را درست کرد. سـپس پلیـدکاری و پرهیزکاری اش را به آن الهام کرد که هر کس آن را پاک گردانید قطعا رستگار شد و هر که آلوده اش ساخت قطعا در باخت».

تعادل شخصیت

بـدن و روان انسان، هر یک، نیازهایی دارد که بایـد ارضاء شونـد. برای مثال، غـذا و آب و خواب و اجتناب از گرما و سـرما و داشـتن همـدم از جنس مخالف و غیره، نیازهای بـدنی ضـرور برای زنـدگی و بقای اوست که پیش تر، در فصل اول، از آن ها سخن گفتیم. روح یا روان نیز نیازهای خاصّ خود را دارد. مثلاً دوست دارد خـدا را بشـناسد، او را عبادت و پرسـتش کند و از رهگذر طاعت و کارهای نیک، خود را به او

۱- نَوَوی، ج۱، ص۵۰۵ - ۵۰۶.

۲- شمس/۷ - ۱۰.

نزدیک گردانـد. گاه میان نیازهای بدن و روان تعارض پیش می آید و انسان نمی تواند میان آن ها تعادل معقولی برقرار کند. یا به زیاده روی در ارضای انگیزه های بـدنی و کام جویی های حسّی روی می آورد و از ارضای نیازهای روحی و روانی اش غافل می شود؛ یـا به افراط در ارضـای نیازهای روحی اش می گرایـد و ارضای نیازهای بـدنی اش را نادیـده می گیرد. هر دو حـالت، انحراف از فطرت سـلیم است و تعادل در شخصـیت انسان را به هم می زنـد. ما در فصل اول که به انگیزه ها اختصاص دادیم، از مسأله کشـمکش روانی میان جنبه مادی و جنبه روحی انسان سـخن گفتیم و یادآور شـدیم که از طریق میانه روی در ارضـای انگیزه هـای بـدنی و روحی و دوری کردن از زیاده روی در ارضای آن ها، می توان این کشـمکش را حل کرد و بین جنبه مادی و جنبه روحی انسان تعادل برقرار نمود.

اسلام ما را به ایجاد تعادل میان دو جنبه مادی و روحی فرا می خواند، و این چیزی است که با طبیعت و فطرت انسان سازگاری دارد و به «تحقق شخصـیّت» انسـانی منجر می شود. از جمله دلایلی که نشان می دهـد اسـلام به ایجاد تعادل میان جسم و روح عنـایت دارد این است که ترک پـاره ای واجبـات و تکـالیف دینی را، در صورتی که انجـام دادن آن ها به بـدن زیان برسانـد، اجازه داده است. برای مثال، ترک فریضه روزه در حال بیماری یا سفر را اجازه داده است. نیز ترک وضو را در صورتی

که استفاده از آب برای سـلامت بیمار مضـر باشـد یا فقط به انـدازه آشامیدن آب در اختیار داشـته باشد و نجات جانش به آن مقدار آب بستگی داشته باشد، اجازه داده است.

دلیـل دیگری که توجه اسـلام به ایجـاد تعـادل میـان جسم و روح را نشـان می دهـد این است که کـار را عبـادت به شـمار می آورد.کسـی که در راه کسب خورد و خوراکش و تأمین مخارج پدر و مادر و همسـر و فرزندانش تلاش کند، در راه خدا گام بر می دارد. پس، کـار کردن شـخص برای کسب روزی خود و خـانواده اش هم به تحقق ارضـای نیازهـای بـدنی و دنیوی می انجامد و هم نیازهای روحی را ارضا می کند.

ص:۲۴۶

روزی پیامبر خدا صلی الله علیه و آله با یارانش نشسته بود که دید جوان قوی و نیرومندی صبح زود بیرون آمده است و کار می کند. گفتند: حیف، کاش جوانی و قدرت این مرد در راه خدا صرف می شد!

پیامبر صلی الله علیه و آله فرمود:

«این حرف را نزنید؛ زیرا اگر برای این کار می کند که دستش پیش کسی دراز نشود و خود را از مردم بی نیاز کند او در راه خداست. اگر برای این کار می کند که به پدر و

مادری ناتوان یا بچه هایی صغیر کمک کند او در راه خداست، ولی اگر برای این کار می کند که مال بیش تری به دست آورد و به رخ دیگران بکشد و فخر بفروشد در راه شیطان است».(۱)

تفاوت های فردی

مردم از نظر رنگ و زبان و توانایی های جسمی و عقلی و توانایی یادگیری و ویژگی های شخصی، تفاوت های زیادی با یکدیگر دارند. اندیشمندان از دیرباز به

این تفاوت ها توجه نشان داده اند. روان شناسان جدید نیز، به منظو تحقق بخشیدن به اهداف تربیتی و شغلی، معیارهای دقیقی برای سنجش این تفاوت ها وضع کرده اند؛ چرا که با شناخت این تفاوت ها می توان هر فردی را به سمت نوع آموزشِ مناسب با توانایی های او سوق داد و هر فردی را در کارِ سازگار با استعداد و توان وی

قرار داد.

قرآن کریم به تفاوت های فردی میان مردم، اعم از تفاوت های فطری و وراثتی و تفاوت های اکتسابی، اشاره کرده است و می فرماید:

«وَ مِنْ ایَاتِهِ خَلْقُ السَّموَاتِ وَ الْأَرْضِ وَاخْتِلَافُ اَلْسِنَتِکُمْ وَ اَلْوَانِکُمْ اِنَّ فی ذلِکَ لَایَاتٍ لِلْعَالِمینَ».(۲)

«و از نشانه های اوست آفرینش آسمان ها و زمین و تفاوت زبان ها و رنگ های

۱- تخریج زین الدین العراقی، ج۲، ص۶۱، پ۴.

۲- روم/۲۲.

شما. در این چیزها نشانه هایی است برای دانشمندان».

«اَهُمْ یَقْسِمُونَ رَحْمَتَ رَبِّکَ نَحْنُ قَسَمْنَا بَیْنَهُمْ مَعیشَتَهُمْ فِی الْحَیوهِ الدُّنْیا وَ رَفَعْنَا بَعْضَهُمْ فَوْقَ بَعْضٍ دَرَجَاتٍ لِیَتَّخِذَ بَعْضُهُمْ بَعْضًا سُخْرِیًّا».(1)

«آیا آنانند که رحمت پروردگارت را تقسیم می کنند؟ ما [وسایل] معاش آنان را در زندگی دنیا میانشان تقسیم کرده ایم، و برخی از آنان را [از نظر] درجات، بالاتر از بعضی دیگر قرار داده ایم تا بعضی از آنان بعضی دیگر را در خدمت گیرند».

در حدیث نیز به تفاوت های فردی میان مردم اشاره شده است؛ برای مثال از ابوموسی روایت شده که پیامبر صلی الله علیه و آله فرمود:

«خداوند متعال آدم را از مشتی خاک که از همه زمین برداشت، خلق کرد، بنابراین، فرزندان آدم به مانند زمین هستند، بعضی سرخ اند، بعضی سفید، بعضی سیاه، بعضی ترکیبی از این ها، بعضی نرم، بعضی خشن و درشت، بعضی ناپاک و بعضی پاک».(2)

این حدیث، به اختلاف رنگ و طبایع و اخلاق مردمان اشاره می کند و می فرماید همان طور که در زمین مناطقی وجود دارد که رنگ خاک آن ها با یکدیگر فرق می کند و یا مناطقی از آن دشت و هموار است و مناطقی کوهستانی و دشوار، در میان مردم نیز تفاوت وجود دارد؛ بعضی سرخ پوستند، برخی سفید پوست، برخی سیاه پوست و برخی آمیزه ای از این رنگ ها. هم چنین انسان ها از نظر طبیعت و اخلاق و استعدادهای مزاجی و عاطفی با یکدیگر متفاوتند؛ بعضی خوش ذات و خوش اخلاق و نرم خو هستند و بعضی بد سرشت و بد اخلاق و در رفتار با مردم خشن و درشت هستند. حدیث یاد شده به این نکته اشاره می کند که تفاوت های میان مردم در رنگ و طبیعت و استعدادهای مزاجی و عاطفی تفاوت هایی سرشتین هستند، یعنی از این تفاوت ها به تفاوت در ساختار بدنی بر می گردند. مطالعات

ص:۲۴۸

۱- زخرف/۳۲.

۲- ناصف، ج۴، ص۳۹.

جدید وجود تفاوت های بیولوژیکی در پوست انسان را که موجب اختلاف رنگ آن ها می شود ثابت کرده است. هم چنین ثابت کرده است که رنگ ها، بر طبق قوانین وراثت مندل (Mendel)، به نسل منتقل می شود. مطالعات جدید، مانند مطالعات و بررسی های ایوان پاولوف (Ivan Pavlov) و کالوین هال (Calvin Hall) بر روی حیوانات، این مطلب را نیز به اثبات رسانیده است که تفاوت در استعدادهای مزاجی و عاطفی، به تفاوت در ساختار بدنی و فیزیولوژیک این حیوانات باز می گردد. برای مثال، پاولوف دریافت که رفتار عاطفی سگ ها بر حسب تفاوت ساختمان بدنی آن ها متفاوت است؛ مثلاً، بعضی از آن ها در پاره ای موارد برآشفته و تهییج می شوند در حالی که بعضی دیگر در همان موارد آرام و بی اعتنا هستند. او متوجه شد که سگ های کشیده و دارای سینه باریک و کوچک، در پاره ای شرایط دشوار آزمایشگاه روان شناسی، به شدّت هیجانی و تحریک می شوند در صورتی که

سگ های گوشتالو و کوتاه قد، در همان شرایط، دچار گیجی و خواب آلودگی می شوند. کالوین هال نیز دریافت که موشهای سفید هرگاه در وضعیت های ترسناک قرار گیرند، از نظر شدّت ترس با یکدیگر فرق می کنند. او هم چنین مشاهده کرد که این تفاوت هیجانی در نسل این موش ها نیز ادامه می یابد. مطالعات فیزیولوژیکی بر روی این موش ها وجود تفاوت های فیزیولوژیکی را در آن ها به اثبات رسانده است؛ زیرا معلوم شد که حجم غده های آدرنالین و تیروئید و هیپوفیز در موش های سفید به شدّت ترسیده بزرگ تر از موش های کمتر ترسیده است.

وجود این تفاوت ها را در استعدادهای مزاجی عاطفی میان مردم نیز ملاحظه می کنیم. بعضی از مردم زود هیجانی می شوند و به شدّت تحریک پذیرند و بعضی بسیار آرام هستند و دیر هیجانی و تحریک می شوند. شکی نیست که بخش بزرگی از این تفاوت ها به تفاوت های موجود در ساختمان بدنی و در ساختار دستگاه های عصبی و غدد بر می گردد،(۱) اما اکنون این را می دانیم که یادگیری نیز در ایجاد

۱- محمد عثمان نجاتی، علم النفس فی حیاتنا الیومیه، ۱۰۸ - ۱۰۹.

تفاوت های هیجانی میان مردم نقش دارد؛ زیرا هیجان هایی که در وضعیت های مشخّصی تقویت می شوند استوار و آموخته می شوند و بعدا انسان به بروز دادن این هیجان ها در این گونه وضعیت ها تمایل نشان می دهد.

پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله نیز به وجود تفاوت میان مردم اشاره کرده است و می فرماید:

«مردم نیز همانند فلزات نقره و طلا هستند. آنان که در زمان جاهلیت بهترین بوده اند در اسلام نیز بهترینند اگر دین فهم باشند».(1)

همان گونه که فلزهای طلا و نقره و دیگر فلزات، از نظر ترکیب و خواص و ارزش متفاوتند مردم نیز از لحاظ طبیعت و خوی و خصلت و توانایی های بدنی و فکری با یکدیگر فرق می کنند. کسانی که در زمان جاهلیت در سطح بالا و خوبی از این

صفات بوده اند در دوره اسلام نیز چنانچه اسلام را به درستی شناخته باشند، این سطح عالی و خوب را حفظ خواهند کرد. این حدیث نیز، مانند حدیث پیشین، به تفاوت های فطری و وراثتی میان مردم که به ساختار سرشتین آن ها باز می گردد اشاره می کند. البته، به نظر این نگارنده، تشبیه مردم به فلزات به این معنا نیست که

تفاوت های فردی میان مردم تنها به وراثت بر می گردد، بلکه به نظر می رسد که غرض از به کارگیری این تشبیه در حدیث صرفا به دست دادن یک مثال عینی است برای روشن ساختن این مطلب که کسانی که در جاهلیت برجسته بوده اند در اسلام نیز این برجستگی را حفظ خواهند کرد مشروط بر آن که دین را به درستی بشناسند. درست همانند فلز نقره و طلا که همواره ارزش خود را نسبت به سایر فلزات حفظ می کنند. بنابراین، به نظر من، متن حدیث وجود پاره ای تفاوت های اکتسابی میان مردم را که از رهگذر تعلیم و تربیت و شرایط اجتماعی شدن فرد حاصل می شود، نفی نمی کند، بلکه به کارگیری این تشبیه در این حدیث، در حقیقت، برای توضیح معنای استمرار تفاوت های میان مردم و برای نزدیک کردن این معنا به اذهان است. اصولاً پیامبر خدا صلی الله علیه و آله عادت داشت که برای تجسم بخشیدن به معانی و ارائه در

۱- ناصف۲ ج۵، ص۸۱.

قالبی محسوس و عینی که فهم و دریافت آن ها را سهولت می بخشد، از مثال استفاده کند. در فصل پنجم که به یادگیری اختصاص داشت به وجود مثال ها در حدیث اشاره کردیم.

ابن عمر می گوید: ما هرگاه با پیامبر خدا صلی الله علیه و آله بر حرف شنوی و اطاعت بیعت می کردیم به ما می فرمود: «تا جایی که توانستید»(۱)در روایت دیگری آمده است که پیامبر صلی الله علیه و آله فرمود:

«از آنچه شما را نهی کردم دوری کنید و آنچه را به شما دستور دادم به کار بندید،

تا آن جا که توانستید...».(۲)

عبارت «تا آن جا که توانستید» نشانگر آن است که رسول اکرم صلی الله علیه و آله به تفاوت های

موجود میان یارانش توجه داشته است. لهذا از آن ها می خواست که هر کس دستورهای ایشان را در حدّ امکانات و توانایی های خود، به کار بندد.

تفاوت های هوشی

میان مردم، از نظر هوش، تفاوت وجود دارد. هوش یا قدرت عمومی ذهنی، شامل چندین قدرت ذهنی مانند فهم و یادآوری و توانایی یادگیری، است. حتی برخی روان شناسان، هوش را به «توانایی یادگیری» تعریف کرده اند. در حدیث شریف نبوی به وجود تفاوت های هوشی میان مردم اشاره شده است. بعضی افراد سریع یاد می گیرند، و مطالب علمی را که می شنوند خوب می فهمند و خوب حفظ می کنند و می توانند آن ها را به یاد آورند و به دیگری بیاموزند. بعضی دیگر به آسانی

یاد نمی گیرند و آنچه را می شنوند خوب حفظ نمی کنند و نمی توانند آن را به یاد آورند و به دیگری بیاموزند. از ابو موسی روایت شده است که پیامبر صلی الله علیه و آله فرمود :

«حکایت هدایت و دانشی که خداوند مرا برای آن برانگیخت حکایت باران

۱- ناصف، ج ۱، ص ۴۲.
۲- ناصف، ج ۱، ص ۴۴.

بسیاری است که بر زمینی می بارد. قسمتی از زمین حاصل خیز است و آب را جذب می کند و گیاه و سبزه بسیار می رویاند، و قسمتی از آن خشک و سخت است و آب را نگه می دارد و خداوند با آن به مردم بهره می رساند؛ از آن آب می نوشند و برای آبیاری و زراعت استفاده می کنند، و قسمتی از آن بیابان است که نه آبی نگه میدارد و نه گیاهی می رویاند. به همین سان است کسی که در دین خدا دانا شده و از آنچه خداوند را با آن فرستاده است بهره مند شده و علم آموخته و به دیگران می آموزاند،

و کسی که به سبب آن سری بلند نکرده و هدایت خدا را که من برای آن فرستاده شده ام نپذیرفته است».(۱)

پیامبر خدا صلی الله علیه و آله در این حدیث، تفاوت های افراد در توانایی یادگیری و درک و یادآوری را که داخل در مفهوم هوش هستند، شرح داده و مردم را از نظر هوش به سه گروه تقسیم کرده است: گروهی مانند زمین حاصل خیزند و از توانایی تحصیل علم وحفظ و به کار بستن آن و آموختنش به دیگران برخوردارند، لذا هم خودشان از آن بهره مند می شوند وهم به دیگران بهره می رسانند. گروهی مانند زمین سخت و نفوذ ناپذیرند. توانایی حفظ علم و انتقال آن به دیگران را دارند؛ بنابراین، از علم خود به دیگران سود می رسانند امّا خودشان از آن سود نمی برند. گروهی هم مانند بیابان و کویرند. اینان کسانی هستند که نه خود از علم بهره مند می شوند و نه آن را حفظ می کنند تا به دیگری انتقال دهند.

پیامبر خدا صلی الله علیه و آله به تفاوت هوش میان مردم اشاره کرده است آن جا که می فرماید:

«ما جماعت پیامبران دستور داریم که مردم را در جایگاه های خود قرار دهیم و با آنان به فراخور خردهایشان سخن بگوییم».(۲)

در این حدیث، به تفاوت های مردم در توانایی عقلی و ذهنی آشکارا اشاره شده است و این ایجاب می کند کسانی که به هدایت و آموزش می پردازند، خواه پیامبر

۱- نَوَوی، ج۲، ص۹۵، ح۳/۱۳۷۹؛ ناصف، ج۱، ص۶۷.

۲- تخریج زین الدین ابی الفضل العراقی، ج۱، ص۵۷، پ۲.

باشند یا آموزگار و مربی، این تفاوت ها را مد نظر قرار دهند و با هر فردی به اندازه

توانایی های عقلی و ذهنی اش سخن بگویند. پیامبر صلی الله علیه و آله با این حدیث، یک اصل تربیتی مهم را وضع کرد که مربیان مسلمان آن را دستور کار خود قرار دادند، چنان که در عصر جدید نیز مربیان آن را در پیش گرفتند.

در روایتی از پیامبر صلی الله علیه و آله آمده است که فرمود:

«خداوند خیر هر کس را بخواهد او را در دین دانا می گرداند. من، در حقیقت،

تقسیم کننده هستم وخداست که عطا می کند...»(۱)

در این حدیث، پیامبر صلی الله علیه و آله می فرماید که او شریعت را در میان مردم قسمت و آن را برای همه آن ها بیان می کند، اما این خداوند متعال است که فهم آن را به هر یک از

آن ها، آن طور که خود بخواهد، می دهد. به هر کس که برایش خیر بخواهد هوش و فهمی را عطا می فرماید که در پرتو آن می تواند دین را بفهمد؛ این مصداق سخن خداوند متعال است که می فرماید:

«يُؤْتِى الْحِكْمَةَ مَنْ يَشَاءُ وَمَنْ يُؤْتَ الْحِكْمَةَ فَقَدْ اُوتِىَ خَيْرًا كَثيرًا».(۲)

«حکمت را به هر که خواهد می دهد و به هر کس حکمت داده شود بی گمان خیر بسیار داده شده است».

تفاوت در برانگیختگی هیجانی

حدیث شریف به تفاوت مردمان در برانگیختگی هیجانِ خشم اشاره کرده و مردم را، از این نظر، به سه گروه تقسیم نموده است: عده ای از مردم دیر خشم اند. به ندرت خشمگین می شوند و زمانی هم که به خشم می آیند خیلی زود خشمشان فروکش می کند و آرامش خود را باز می یابند. اینان بهترین مردمانند. عده ای زود خشم اند. برای اندک چیزی عصبانی می شوند اما زود خشمشان فرو کش می کند و

۱- ناصف، ج ۱، ص ۶۱.

۲- بقره/۲۶۹.

آرام می گیرند. عده ای دیگر زودخشم اند و زمانی هم که خشمگین می شوند به خشم خود ادامه می دهند و به راحتی دست بردار نیستند. چنین کسانی بدترین مردمان هستند.

از ابو سعید خُدْری روایت شده است که پیامبر صلی الله علیه و آله فرمود:

«...برخی از آدمیان دیر بـه خشم می آینـد و [زمـانی هم که به خشم آینـد] زود برمی گردنـد، برخی زود به خشم می آینـد و زودهم بر می گردنـد که این به آن دَر. برخی زود به خشم می آیند و دیر بر می گردند. بدانید که بهترین آن ها کسـی است که دیر به خشم آید و زود از خشم خود برگردد. بدانید که بدترین آن هاکسی است که زود به خشم آید و دیر برگردد...»(۱)

تأثیر وراثت و محیط در تفاوت های فردی

روان شـناسان جدید پژوهش های فراوانی، با هدف تعیین اثر وراثت و محیط در تفاوت های فردی، به عمل آورده اند. بعضـی از این پژوهش ها سـعی کرده اند اهمیت عامل وراثت را به اثبات برسانند و برخی دیگر در جهت اثبات اهمیت محیط کوشیده انـد، امّا آخرین نظری که روان شـناسان از نتایـج کلیه پژوهش های خود در این زمینه بـدان رسـیده انـد این است که وراثت و محیـط هر دو بـا هم در ایجاد تفاوت های فردی در ویژگی های انسانی عمل می کننـد و جـدا کردن کامل میان اثر هر یک از این دو کـار دشواری است. از آن پس، شـناخت انـدازه نسبی سـهم هر یـک از وراثت و محیط در تعیین رفتار انسان و ویژگی های او مورد توجه قرار گرفت. به نظر می رسـد که وراثت بیش ترین سـهم را در تعیین ویژگی های بـدنی، ماننـد قد و وزن و قـدرت و پاره ای ویژگی های ذهنی، ماننـد هوش، دارد، هر چنـد، در عین حال، نمی توان تأثیر محیط در این ویژگی ها را نیز نديـده گرفت، زیرا آنچه فرد از محیط می گیرد، ماننـد توجه به تغذیه و بهداشت و تمرینات ورزشـی، تأثیر زیادی در به ظهور رسانیدن

۱- ترمذی، ج۹، ص۴۳؛ احمد، ج۳، ص۱۹.

توانایی های وراثتی در این جنبه ها دارد. اهتمام به آموزش و قرار گرفتن در معرض بسیاری از عوامل تأثیرگذار حسی و ذهنی و نیز تمرین بسیاری از مهارت ها تأثیر

زیادی در رشد هوش او دارند. نیز به نظر می رسد که عوامل محیطی، مانند یادگیری و تمرین، بیش ترین اهمیت را در زمینه تفاوت های فردی، در حوزه شناخت ها و مهارت ها و پیشه ها وعلومی که نیازمند تمرین خاص و دراز مدت هستند، دارند؛ هرچند در این موارد نیز نمی توان تأثیر وراثت را به کلی نادیده گرفت، به ویژه در تعیین سطح نهایی برتری و مهارتی که فرد با تمرین به آن ها می رسد.(۱)

پیامبر صلی الله علیه و آله در بعضی از احادیثش به تأثیر وراثت و محیط در تفاوت های فردی اشاره کرده است.

تأثیر وراثت

پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله در حدیثی که پیش تر، در آغاز گفتارمان از تفاوت های فردی در همین فصل یاد کردیم و در آن آمده بود که خداوند متعال آدم را از مشتی خاک که از همه زمین برداشت آفرید، به تأثیر وراثت در تفاوت های فردی اشاره کرده است. در روایتی دیگر آمده است که:

مردی از بنی فزاره نزد پیامبر صلی الله علیه و آله آمد و گفت: همسر من پسری سیاه زاییده است. پیامبر صلی الله علیه و آله فرمود: «تو شتر داری؟» عرض کرد: آری. فرمود: «چه رنگی هستند؟» عرض کرد: سرخ مو. فرمود: «آیا در بین آن ها خاکستری وجود دارد؟» عرض کرد: بعضی از آن ها خاکستری اند. فرمود: «چرا چنین شده اند؟» عرض کرد: شاید موروثی باشد. حضرت فرمود: «این هم شاید موروثی باشد».(۲) این حدیث، آشکارا، به تأثیر وراثت در رنگ پوست انسان اشاره می کند. هم چنین به این نکته اشاره دارد که پاره ای از خصوصیات بدنی، مانند رنگ، می تواند از یکی از اجداد طفل به او

۱- محمد عثمان نجاتی، علم النفس الصناعی، ص۲۱، ۲۲.

۲- ناصف، ج۲، ص۳۵۱؛ شیبانی، ۲ ج۴، ص۱۷۲.

منتقل شود هر چند در والدین خود را نشان نداده باشد. مطالعات جدید در زمینه این واقعیت را که امروزه به آن «صفات ارثی نهفته» [Recessive Character] می گویند، به اثبات رسانیده است.

پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله نیز به تأثیر وراثت اشاره کرده می فرماید:

«زمانی که نطفه در رحم جای گیرد خداوند هرگونه نسبت میان آن و آدم را در آن حاضر می گرداند».(۱)

تحقیقات علمی جدید در علم وراثت نشان داده است که ژن های موجود در اسپرماتوزوئید و تخمک، که توأما جنین را به وجود می آورند، تعیین کننده صفات ارثی جنین هستند، زیرا، اسپرماتوزوئید و تخمک، هریک، نیم یاخته ای است که حاوی ۲۳ کروموزوم می باشد. زمانی که به هم می رسند و باروری صورت می پذیرد یاخته جنسی، یا به تعبیر قرآن کریم «نطفه امشاج» پدید می آید. قرآن می فرماید:

«اِنَّا خَلَقْنَا الْاِنْسَانَ مِنْ نُطْفَهٍ اَمْشَاجٍ»(۲)

«ما انسان را از نطفه ای آمیخته آفریدیم».

«نطفه امشاج»، یا یاخته جنسی، یک سلول کامل شامل ۴۶ کروموزوم است که نصف آن ها از پدر و نصفشان از مادر است.این کروموزوم ها شامل ژن هایی هستند که حامل صفات وراثتی هر یک از پدر و مادر می باشند. گاه پاره ای صفات وراثتی والدین در فرزندان ظاهر نمی شوند بلکه ممکن است بعدها در نوادگان ظهور کنند. نمونه اش متولد شدن فرزند سیاه پوست از همسر آن مرد فزاری است که داستان آن در حدیثی که پیش تر ذکر کردیم آمد. تحقیقات جدید علم وراثت این حقیقت را اثبات کرده است؛ حقیقتی که پیامبر صلی الله علیه و آله به آن اشاره کرد و فرمود: «زمانی که نطفه در رحم جای گیرد خدای متعال همه نسبت های میان آن و آدم را نزدش حاضر می کند».

ص:۲۵۶

۱- محمد علی البار، خلق الانسان بین الطب والقرآن، ص۱۹۷.

۲- انسان /۲.

پیامبر صلی الله علیه و آله به تأثیر وراثت در رفتار انسان نیز اشاره می کند. آن جا که می فرماید:

«برای نطفه های خود]همسران شایسته] گزینش کنید و از همتایان خود زن بگیرید و به همتایان خود زن بدهید».(۱)

در این حدیث به عنایت در انتخاب همسر از خانواده نجیب و خوب توجه داده شده است تا حاصل ازدواج فرزندانی خوب و شایسته باشد. احتمال دارد که این حدیث به اهمیت تأثیر محیط نیز اشاره داشته باشد؛ چرا که انتخاب گاه با توجه به اصالت خانوادگی از جنبه وراثتی است، و گاه ممکن است از جنبه اخلاقی و دینی باشد تا این که کودکان در دامن مادری نیک اخلاق و متدّین رشد یابند که آن ها را خوب تربیت کند و افرادی شایسته بار آورد.

تأثیر محیط

شخصیت کودک از عوامل اجتماعی و فرهنگی محیطی که در آن رشد می کند و از عادت ها و ارزش ها و رفتار والدین و روش تربیتی آن ها و از دوستان و همکلاسی هایش و از رسانه های گوناگون و از رخدادها و تجارب مختلفی که در زندگی روزانه اش می گذراند به شدت تأثیر می پذیرد. کودک از والدین خود زبان و دین آن ها را و اخلاق و گرایش های فکری و نیز بسیاری از ویژگی های شخصیت خود را می آموزد. پیامبر صلی الله علیه و آله به اهمیت تأثیر خانواده، در کودک اشاره کرده می فرماید:

«هیچ کودکی نیست مگر آن که با فطرت به دنیا می آید و این پدر و مادر او هستند که وی را یهودی و مسیحی و مجوسی می گردانند...»(۲)

این نشان می دهد که خانواده تأثیر زیادی بر رفتار و اندیشه کودک دارد. به همین

دلیل، پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله به مردان توصیه کرده است که همسر پاکدامن و متدیّن انتخاب

۱- ونسنک، ج۶، ص۴۷۴.

۲- ناصف، ج۱، ص۳۶.

کنند تا فرزندان پاکی تربیت کند و بذر پایبندی به دین و ارزش های والای اخلاقی را در جان آن ها بیفشاند. می فرماید:

«با زنان به سبب یکی از چهار چیز ازدواج می شود: به سبب ثروتش، خانواده اش، زیبایی اش، و یا دیندار بودنش. تو به سبب دینش با او ازدواج کن».(۱)

پیامبر خدا صلی الله علیه و آله تنها به مردها توصیه نمی کند که همسر شایسته و متدین انتخاب کنند، بلکه زنان را نیز به انتخاب شوهر پاک و متدین و دارای اخلاق خوش سفارش می کند و می فرماید:

«هرگاه کسی که دین و اخلاقش را می پسندید به خواستگاری آمد به او زن دهید که اگر چنین نکنید در جامعه فتنه و فساد بسیار پدید خواهد آمد».(۲)

کوشش پیامبر صلی الله علیه و آله به سوق دادن یارانش در جهت انتخاب همسر شایسته نشانگر اهتمام آن حضرت به فراهم آوردن محیط خانوادگی سالم برای کودک است تا کودک در آن محیط به نحو سالم و درستی رشد یابد و خوب تربیت شود و آموزه های درست اسلامی و عادت ها و رفتاری نیک و خوی های پسندیده را از والدینش بیاموزد.

رفیقان و دوستان نیز تأثیر زیادی بر کودک و جوان می گذارند. رفیق بد اخلاق بر کسانی که با او آمیزش دارند تأثیر بد می نهد و بسیاری اوقات، جوانان تحت تأثیر دوستان بد منحرف می شوند و در ورطه رذایل اخلاقی و ارتکاب جرایم سقوط می کنند. بسیاری از مطالعاتی که درباره بزهکاری و انحراف نوجوانان به عمل آمده است این مطلب را اثبات می کند. بنابراین، توجه به انتخاب دوستان از میان افراد پاک و سالم و دوری از دوستان بد یک امر ضروری است، پیامبر صلی الله علیه و آله به تأثیر دوستان

در رفتار یکدیگر اشاره کرده و به انتخاب رفیق خوب و اجتناب از رفیق بد سفارش فرموده است. برای مثال، از ابو موسی روایت شده است که حضرت پیامبر صلی الله علیه و آله

۱- ونسنک، ج۲، ص۱۶۶.

۲- ونسنک، ج۲، ص۱۶۷.

فرمود:

«حکایت هم نشین خوب و هم نشین بد حکایت عطّار و آهنگر است عطّار یا به تو مقداری عطر هدیه می کند یا خودت از او خریداری می کنی و یا از بوی خوش او بهره مند می شوی، و آهنگر یا لباس تو را می سوزاند و یا بوی بد از او استشمام می کنی».(۱)

نیز در همین باره فرموده است:

«آدمی بر دین دوست خویش است، پس هر یک از شما دقت کند که با چه کسی دوستی می کند».(۲)

هم چنان که پیش تر نیز گفتیم، انسان بسیاری از عادت ها وخلق و خو و ارزش ها و گرایش های فکری خود را از محیط اجتماعی و فرهنگی زندگی خود می گیرد. پس از آن که عادات و اخلاق انسان بر اثر ممارست و تکرار در طی یک دوره طولانی، پابرجا شد دیگر به دشواری می توان آن ها را تغییر داد و این کار تلاش طاقت فرسا و اراده نیرومند می طلبد. از این رو، باید سعی شود که کودکان از همان کودکی با خلق و خوهای پسندیده پرورش یابند.

پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله به تأثیر عادت های بدِ استوار شده و جا افتاده در رفتار انسان اشاره کرده است. این عادت ها باعث می شوند که فرد، ناخودآگاه یا بدون آن که به عاقبت کاری که می کند توجه داشته باشد، به انجام دادن کارهای ناپسند رو آورد و از پرداختن به کارهای خوب خودداری ورزد؛ چرا که وی این کارها را به طور خود به خود و به حکم عادت انجام می دهد. عکس این قضیه نیز صادق است. یعنی اگر

انسان به کارهای خوب و اخلاق نیک عادت کند همیشه آماده است که کارهای خوب انجام دهد، چنان که گویی طبیعت او شده است. در همین خصوص، پیامبر صلی الله علیه و آله می فرماید:

ص:۲۵۹

۱- ناصف، ج۵، ص۸۲؛ نَوَوی، ج۱، ص۳۳۹، ح۴/۳۶۴.

۲- نَوَوی، ج۱، ح۸/۳۶۸.

«گناهـان [یکی یکی] بر دل ها عارض می شونـد همچنان که بوریا با یکایک نی ها بافته می شود، پس هر دلی که آن گناهان را بپـذیرد یک نقطه سـیاه در آن پدیـد می آید، و هر دلی که آن ها را نپذیرد نقطه ای سـفید در آن پدید می آید تا جایی که یکی از آن دو قلب سـفید می شود همانند سنگی صاف که تا آسمان ها و زمین برجاست هیچ فتنه و گناهی به آن آسیبی نمی رسانـد، و دیگری سـیاه و تیره می شـود، هماننـد کوزه ای وارونه که هیـچ معروف و منکری را نمی شـناسد جز هوا و هوسـش را...».(۱)

پیامبر

صلی الله علیه و آله در این حدیث، تأثیر گناهان و عوامل بد محیط در رفتار انسان را بیان کرده است.

این، در واقع، یـک تشبیه است برای حـالت انسـانی که نور ایمان در دلش پنهان می شود و عادت های بـد و رذایل اخلاقی در آن ریشه می دواند. پیامبر صـلی الله علیه و آله هم چنین، قلب انسان را در این حالت به کوزه وارونه ای تشبیه می کند که هیچ خیر و حکمت و دانشی در آن قرار نمی گیرد، چنان که آب در کوزه وارونه قرار نمی گیرد. اما انسان که

از همـان کودکی بـا فضایـل اخلاقی و تقوا پرورش می یابـد در برابر تأثیر گناهان و عوامل بـد محیطی مصونیت می یابـد و در صلابت ایمان و دوری اش از بدی و رذایل اخلاقی همانند سـنگ صاف و سختی است که هیچ چرک و کثافتی روی آن نمی ماند.

انواع شخصیت

از دیرباز اندیشـمندان کوشـیده اند مردم را به گونه ها یا تیپ هایی طبقه بندی کنند که هر یک، با داشـتن ویژگی هایی معیّن، متمایز از دیگر انواع و تیپ های شخصـیتی باشـد. این طبقه بنـدی معمولاً، در ساده ساختن کار فهم و شـناخت شخصـیت های مردم مفید است؛ زیرا وقتی بدانیم که فلان شـخص ویژگی های فلان نوع از انواع شخصیت را داراست، او را به آن نوع نسبت می دهیم و به تبع آن، کلیه صفات

۱- صحیح مسلم، ج۲، ص ۱۷۱ - ۱۷۳؛ مسند احمد، ج۵، ص۳۸۶.

مربوط به آن نوع را هم به او نسبت می دهیم.

قرآن کریم مردم را بر پایه ایمان به سه نوع تقسیم کرده است: مؤمنان، کافران، منافقان.(۱) پیامبر صلی الله علیه و آله نیز مردم را بر پایه ایمان به چهار نوع تقسیم نموده است: مؤمنان، کافران، منافقان و کسانی که در دل شان آمیزه ای از ایمان و نفاق است. در روایتی از آن حضرت آمده است که:

«دلها چهارگونه اند: یکی دلِ برهنه و باز که در آن چیزی شبیه چراغ می درخشد، دوم دلی که در غلاف و پرده اش فرو بسته شده است، سوم دلِ وارونه، و چهارم دل دو پهلو. اما دل برهنه و باز دل مؤمن است که چراغ آن همان نور آن است، دل بسته دل کافر است، دل وارونه دل منافق است که شناخته سپس انکار کرده است، دل دو پهلو دلی است که هم ایمان در آن است و هم نفاق. حکایت ایمان آن حکایت سبزه است که ماده اش آب خوش است و حکایت نفاقِ آن حکایت دمل است که ماده اش چرک و خون است. هر یک از این دو ماده بر دیگری چیره آید همان [ایمان یا نفاق] بر [دل] او چیره می آید».(۲)

هر یک از این چهار نوع اصلی را می توان به اقسام فرعی تقسیم کرد. برای مثال، مؤمن را می توان به دو نوع فرعی: مؤمن پرهیزگار و مؤمن بزهکار تقسیم نمود. پیامبر خدا صلی الله علیه و آله در حدیثی که ابو هریره آن را روایت کرده است، می فرماید:

«خداوند کبر و غرور جاهلیت و نازش به پدران را از شما برد. [اکنون شما بر دو گونه اید:] مؤمن پرهیزگار و مؤمن گنهکار، شما فرزندان آدم هستید و آدم از خاک بود...».(۳)

در این حدیث، پیامبر صلی الله علیه و آله مؤمنان را بر پایه درجه ایمان و تقوا به دو گروه تقسیم کرده است: مؤمن با تقوا و مؤمن بی تقوا. در حدیثی دیگر، مردم را براساس ایمان

ص:۲۶۱

۱- نگارنده در کتاب قرآن و روان شناسی، ص ۲۲۰ - ۲۲۹ به بررسی انواع شخصیت در قرآن پرداخته است.

۲- احمد، ج۳، ص۱۷.

۳- ناصف، ج۵، ص ۶۰ - ۶۱.

فقط به دو گروه اصلی مؤمن و کافر طبقه بندی کرده، آن گاه هر یک از این دو گروه اصلی را به دو رده تقسیم کرده است: یکی مؤمنی که مؤمن متولد می شود و تا آخر عمر بر ایمان خود پابرجا می ماند و مؤمنی که در محیط کفر متولد می شود سپس ایمان می آورد و مؤمن هم از دنیا می رود. دوم کافری که کافر به دنیا می آید و کافر زندگی می کند و کافر از دنیا می رود. و کافری که در محیط ایمان متولد می شود و مؤمن زندگی می کند سپس از ایمان خود بر می گردد و در کفر می میرد، از ابوسعید خدری روایت شده است که پیامبر صلی الله علیه و آله فرمود:

«... بدانید که آدمیان بر طبقات گونه گون آفریده شده اند: برخی از آن ها مؤمن به دنیا می آیند و مؤمن زندگی می کنند و مؤمن می میرند. بعضی کافر به دنیا می آیند و کافر زندگی می کنند و کافر می میرند. بعضی مؤمن به دنیا می آیند و مؤمن زندگی می کنند و کافر می میرند. بعضی کافر به دنیا می آیند و کافر زندگی می کنند و مؤمن از

دنیا می روند...».(۱)

تقسیم مردم به چند نوع بر پایه ایمان، چه در قرآن یا در حدیث، درواقع با این دیدگاه اسلام همسازی دارد که ایمان بزرگ ترین ارزش انسانی است و شخصیت انسان - چنان که در ضمن سخن از ارزشیابی شخصیت خواهیم گفت - بر اساس آن ارزیابی می شود.

پیامبر صلی الله علیه و آله، هم چنین، مردم را بر پایه مزاج عاطفی آن ها به سه نوع تقسیم کرده است:

۱ - افرادی که دیر به خشم می آیند و زود فروکش می کنند.

۲ - افرادی که زود خشم می گیرند و زود فروکش می کنند.

۳ - افرادی که زود خشم می گیرند و دیر فروکش می کنند.

پیش تر، به هنگام سخن از تفاوت های فردی در برانگیختگی هیجانی و عاطفی، از این سه نوع شخصیت یاد کردیم.

۱- ناصف، ج۵، ص۲۸۹.

ارزشیابی شخصیت

ایمان، نقش اساسی در شخصیت مسلمان دارد؛ زیرا، این ایمان است که به او جهت می بخشد و رفتارش را، چه در رابطه اش با خدا و چه در پیوند با خودش و چه در پیوندش با مردم، تعیین می کند، ایمان معیاری است که همه چیزها و کارها با آن سنجیده می شود. براساس ایمان است که مردم گروه بندی می شوند. بر پایه ایمان است که مردم ارزشیابی می شوند. از دیدگاه اسلام، بهترین مردم کسی است که ایمانش قوی تر و تقوایش بیش تر باشد. پس، در نظر اسلام هیچ یک از ویژگی های انسان اهمیتی ندارد به جز تقوا. تنها معیاری که در ارزشیابی مردم و برتری دادن یکی بر دیگری به حساب آورده می شود تقواست.خدای تعالی می فرماید:

«اِنَّ اَكْرَمَكُمْ عِنْدَ اللّه ِ اَتْقيكُمْ».(۱)

«همانا گرامی ترین شما نزد خدا با تقواترین شماست».

پیامبر صلی الله علیه و آله نیز می فرماید:

«ای مردم! خدای شما یکی است و پدرتان نیز یکی. بدانید که عرب را بر غیر عرب و غیر عرب را برعرب و سفید را بر سیاه و سیاه را بر سفید برتری نیست جز به تقوا...».(۲)

عقبه بن عامر نیز از پیامبر صلی الله علیه و آله روایت کرده است که فرمود:

«هیچ یک را بر دیگری برتری نیست مگر با دین یا تقوا». در روایت دیگری آمده است: «هیچ کس برتری ندارد جز با دین یا کردار نیک...».(۳)

در روایتی دیگر آمده است که از پیامبر صلی الله علیه و آله

سؤال شد: ارجمندترین مردم چه

کسی است؟ فرمود:

۱- حجرات/۱۳.

۲- احمد، ج۵، ص ۴۱۱.

۳- احمد، ج۴، ص۱۴۵، ۱۵۸.

«کسی که با تقواتر باشد».(۱) بنـابراین، ارزش انسـان از نگاه اسـلام در درجه ایمان و تقوا و عمل و اخلاق اوست نه در نژاد و تبارش، مال و منالش، جاه و مقامش، یا زیبایی شکل و شمایلش. پیامبر صلی الله علیه و آله می فرماید:

«در روز قیامت مرد خوش قـد و قامت می آیـد در حالی که نزد خداوند به اندازه بال پشه ای ارزش ندارد»، و فرمود: «بخوانید: روز قیامت برای آنان ارزشی نخواهیم نهاد».(۲)

و نیز می فرماید:

«خداوند به چهره ها و دارایی های شما نمی نگرد، بلکه به دل ها و کارهایتان نگاه می کند».(۳)

ص:۲۶۴

۱- نَوَوی، ج۱، ص۱۰۳، ح۱/۱۶.

۲- ناصف، ج۴، ص۱۷۲.

۳- ناصف، ج۱، ص۵۵.

فصل نهم: حدیث و بهداشت روانی

اشاره

روان شناسان، بهداشت روانی را، به طور کلی، چنین تعریف کرده اند: پختگی عاطفی و اجتماعی، سازگاری فرد با خودش و با دنیای پیرامونش، توانایی بر دوش کشیدن مسؤولیت های زندگی و مواجهه با مشکلاتی که برایش پیش می آید، پذیرفتن واقعیت زندگی و احساس رضایتمندی و خوشبختی. البته روان شناسان تعریف های بسیاری از بهداشت روانی به دست داده اند و هر یک، بر حسب مکتب و دیدگاه خود، بر جنبه ای از جنبه های رفتار تأکید بیش تری کرده است، اما همه این تعریفات، اساسا، بر محور همین مفاهیمی که گفته شد، می چرخند و به نحوی متضمّن اندیشه سازگاری روانی و اجتماعی و احساس رضایت و خوشبختی می باشند. برای نمونه، یکی از این تعاریف را سازمان بهداشت جهانی ارایه داده است: «سازگاری افراد با خود و با دیگران عموما، همراه با بیشترینه کامیابی و رضایت و انبساط خاطر و رفتار اجتماعی سالم و توانایی مواجهه با واقعیت های زندگی و پذیرفتن آن ها»(۱)نمونه دیگر، این تعریف است: «سازگاری کامل میان

کارکردهای گوناگون روانی، همراه با توانایی مقابله با بحران های روانی که معمولا

۱- عثمان لبیب فراج، اضواء علی الشخصیه والصحه العقلیه، ص ۱۱۰.

ً برای انسان پیش می آید و احساس مثبت خوشبختی و کار آمدی».(1) نمونه دیگر، این تعریف است: «حالتی نسبتا پایدار که در آن فرد از نظر روانی سازگار است و با خود و با دیگران احساس خوشبختی می کند و بر تحققِ خود و بیش ترین بهره برداری ممکن از توانایی ها و قابلیت های خویش تواناست و قدرت رویارو شدن با معضلات و مقتضیات زندگی را دارد و از شخصیتی کامل و بهنجار و رفتاری عادی برخوردار است به طوری که در سلامت و آرامش زندگی می کند».(2)

روان شناسان، برای تشخیص برخورداری افراد از بهداشت روانی، شاخص هایی را تعیین کرده اند.از جمله این شاخص ها که مازلو (Maslow) وضع کرده است:«ارتباط فرد با مجموعه ای از ارزش ها مانند: صادق بودن با خود و دیگران، برخورداری از شجاعت بیان آنچه به نظرش درست می آید، فداکاری در انجام دادن کاری که باید انجامش دهد، پی بردن به این که او کیست و چه می خواهد و چه دوست دارد، دانستن خیر و صلاح خود و پذیرفتن آن بدون آن که سعی کند، برای تحریف حقیقت، به مکانیزم های دفاعی پناه برد».(3)

از دیگر شاخص های بهداشت روانی، شاخص هایی است که عثمان لبیب فراج(4) کرده است.این شاخص ها، به اختصار، عبارتند از:

۱ - فرد، احساس امنیّت روانی کند.

۲ - خود را بپذیرد و ارزش خویش را به عنوان یک فرد بشناسد، به توانایی های خود پی ببرد و حدود و مرزهای آن ها را بپذیرد، دیگران را بپذیرد و بپذیرد که میان

آنان و نیز میان آنان واو تفاوت هایی وجود دارد.

۳ - در اندازه مناسبی، از خود انگیختگی و توانایی ابتکار برخوردار باشد.

۴ - در ایجاد روابط مؤثر و ارضا کننده، با دیگران موفق باشد.

۱- عبدالعزیز القوص، اسس الصحه النفسیه، ص۷۵۶.

۲- حامد زهران، الصحه النفسیه والعلاج النفسی، ص ۲۷؛ التوجیه والارشاد النفسی، ص۲۱.

۳- محمد عوده محمد و کمال ابراهیم موسی، الصحه النفسیه فی ضوء علم النفس والاسلام، ص ۵۹.

۴- عثمان لبیب فراج، پیشین، ص ۱۱۶ - ۱۱۷.

۵ – در نگاهش به زندگی و مشکلاتی که برایش پیش می آید و کمالی که انتظار رسیدن به آن را دارد واقع بین باشد.

۶ – وحدت شخصیت داشته باشد. پاره ای از نشانه های وحدت و یکپارچگی شخصیت عبارتند از:

الف – نضج عاطفی یا هیجانی. منظور از نضج عاطفی توانایی فرد بر کنترل خویشتن در حالات عاطفه برانگیز، و دچار نشدن به هیجان و شتاب زدگی است. از نمودهای نضج عاطفی، اعتماد به نفس و واقع بین بودن شخص در مواجه شدن با مشکلات زندگی است.

ب – توانایی فرد بر پایداری و مقاومت در برابر بحران ها و سختی ها.

ج – احساس خوشبختی و آرامش و آسودگی خاطر و جریان یافتن زندگی روانی به دور از تنش و اضطراب.

د – توانایی فرد بر تولید معقول در محدوده توانایی ها و استعدادهایش.

ه – توانایی فرد بر استقلال نسبی و پذیرفتن معیارهایی از ارزش ها و آرمان ها و تبدیل آن ها به راهکاری که در مواجهه با مشکلاتش او را یاری رساند».

از دیگر شاخص های بهداشت روانی مواردی است که صمویل مغاریوس(۱) آورده است:

«میزان پذیرش واقعیت های مربوط به توانایی ها استعدادهای شخصی و آنچه که می تواند و نمی تواند.

– میزان بهره مندی فرد از روابط اجتماعی اش و توانایی او بر ایجاد این روابط در خانه و بیرون از خانه.

– میزان موفقیّت فرد در کارش و رضایتمندی او از آن.

– علاقه فرد به زندگی عموما و شور و شوق و مثبت گرایی نسبت به آن.

– احساس کارآمدی و توانایی در برابر موفقیت های روزانه زندگی و فعالیت های

۱– صمویل مغاریوس، مشکلات الصحه النفسیه فی الدول النامیه، ص ۸.

عادی آن و نیز در برابر ناکامی های آن و پاره ای شرایط احیانا غیر منتظره.

- شجاعت اخلاقی و توانایی فرد در مسؤولیت پذیری نسبت به تصمیماتی که می گیرد و کارهایی که انجام می دهد.

- ثبات رویکردها و مواضعِ فرد آن گونه که دیگران آن ها را می بینند.

- توانایی فرد بر ارضای مناسب نیازهای بیولوژیکی و روانی خود و ایجاد توازن و هماهنگی میان انگیزه های گوناگونش.

- گسترد گی میدان روانی فرد و اهتمام متوازی او به انواع فعالیت های علمی و عملی و تفریحی و اجتماعی.

- وجود یک فلسفه محکم و کامل که به رفتارهای فرد جهت دهد و دیدگاه و مواضع او در امور گوناگون را تعیین کند و به انسجام و کمال شخصیت او تحقق بخشد».

نکته شایان توجه این که شاخص های بهداشت روانی که روان شناسان جدید تعیین کرده اند همگی بر محور سازگاری فرد با خود و جامعه، میزان توانایی و کارآمدی او در انجام دادن امور واقعی زندگی اش ارضای نیازهای مادی دنیوی اش می چرخند. روان شناسان جدید، همسو با نگرش مادیِ حاکم بر مطالعات و تحقیقات روان شناختی جدید، هیچ گونه اعتنایی به جنبه روحی انسان و اهمیّت نقش دین در بهداشت روانی نکرده اند، تنها شمار بسیار اندکی از روان شناسان جدید و روانکاوان مانند ویلیام جیمز (William James) یونگ (Carl G. Yung)،

ای.ای.بریل (A.A.Brill) و هانری لینک (Henry Linke)، اهمیت دین و ایمان به خدا در بهداشت روانی را دریافته اند و به نقش مهمی که ایمان در آرامش در نفس و در رهایی از اضطراب و تشویش روانی ایفا می کند اشاره کرده اند. نگارنده، پیش تر در کتاب قرآن و روان شناسی(۱) و نیز در جستاری با عنوان «مفهوم الصحه النفسیه فی القرآن الکریم

۱- محمد عثمان نجاتی، قرآن و روان شناسی، ص ۲۴۷ - ۲۵۹.

والحدیث الشریف»(۱) (مفهوم بهداشت روانی در قرآن کریم و حدیث شریف)، اهمیت دین و ایمان در بهداشت و سلامت روانی را بررسی کرده است. آقایان دکتر محمد عوده محمد و دکتر کمال ابراهیم موسی نیز در کتاب خود الصحه النفسیه فی ضوءعلم النفس والاسلام به اهمیت بعد روحی در بهداشت روانی اشاره کرده اند

وایمان به خدا و عبادات را از شاخص های مهمّ بهداشت و سلامت روانی برشمرده اند. این دو نویسنده شاخص های بهداشت روانی را به شرح زیر نام برده اند:(۲)

۱ - جنبه روحی: ایمان به خدا، انجام عبادات، گردن نهادن به قضا و قدر الهی، احساس همیشگی نزدیکی به خدا، ارضای مشروع نیازها و مداومت بر یاد خدا.

۲ - جنبه روانی: صادق بودن با خود، پاک بودن دل از کینه و حسادت و نفرت، خودپذیری، قدرت تحمّل ناکامی، قدرت تحمّل اضطراب، دوری کردن از آنچه روان را می آزارد (تکبر و غرور، اسراف و خسّت، تنبلی و بدبینی) پای بندی به اصول مشروع، تعادل عاطفی، سعه صدر، خود انگیختگی، اقبال به زندگی، تسلّط بر نفس یا کنترل خود، ساده زیستی، آرمان خواهی، و اعتماد به نفس.

ج - جنبه اجتماعی: دوست داشتن والدین، دوست داشتن شریک زندگی، دوست داشتن فرزندان، کمک به نیازمندان، امانتداری، شهامت در گفتن حق، دوری از آنچه مردم را می آزارد (دروغ، دغلی، سرقت، زنا، قتل، شهادت دروغ، خوردن مال یتیم، فتنه گری، کینه، حسد، غیبت کردن، سخن چینی، خیانت، ستم)، صادق بودن با دیگران، علاقه به کار، مسؤولیت پذیری اجتماعی.

د - جنبه بیولوژیکی: سلامت جسم از بیماری ها، سلامت جسم از نقص های خلقتی، داشتن مفهومی مثبت از بدن، رعایت بهداشت جسم و تکلیف دادن به آن

۱- این جستار در سومین کنگره جهانی طبّ اسلامی که به سال ۱۹۸۴ در شهر استانبول ترکیه برگزار شد، ارائه گردید و در نشره الطب الاسلامی العدد الثالث، الابحاث و اعمال المؤتمر الدولی الثالث عن الطب الاسلامی، مجلد ۵، کویت، ۱۹۸۴، ص ۵۰۷ - ۵۱۷، چاپ شده است.

۲- محمد عوده محمد و کمال ابراهیم موسی، پیشین، ص ۶۱.

در حدود توانایی اش».

مفهوم بهداشت روانی در قرآن و حدیث

(۱)

بی توجّهی روان شناسان معاصر به جنبه روحی انسان در مطالعات و تحقیقاتشان پیرامون شخصیت و بهداشت روان، به ناتوانی آشکاری در فهم شخصیت انسان و در شناخت عوامل تعیین کننده شخصیت بهنجار و نابهنجار انجامیده است. هم چنین موجب شده نتوانند به مفهوم روشن و دقیقی از بهداشت و سلامت روانی دست یابند.

تعادل

در فصل یکم، در ضمن سخن از انگیزه ها در فصل هشتم، در بحث شخصیت، گفتیم که بر اثر تعارض میان خواسته های تن و خواسته های جان، انسان دچار کشمکش روانی می شود. هم چنین گفتیم که انسان با ارضای معتدلانه و به دور از افراط و تفریط می تواند در شخصیت خود تعادل برقرار کند؛ چرا که در اسلام نه

رهبانیت و گوشه گیری وجود دارد که در برابر ارضای نیازهای بدن مقاومت کند ونه رواشماری مطلق که ارضای بی قید و بند انگیزه های بدنی را اجازه دهد، بلکه اسلام به جمع میان نیازهای تن و جان و انتخاب راهی که میان دو بعد مادّی و روحی انسان تعادل برقرار سازد، دعوت می کند.(۲)

۱- نگارنده در این قسمت پاره ای از آنچه را در جستار پیش گفته اش، «مفهوم الصحه النفسیه فی القرآن الکریم والحدیث الشریف» آمده، وام گرفته است.

۲- محمد عوده محمد و کمال ابراهیم موسی، پیشین، ص ۲۱۸.

شخصیّت بهنجار و بهداشت روانی

ایجاد تعادل میان بدن و روح شرط ضرور برای تحقق شخصیت بهنجارِ برخوردار از بهداشت وسلامت روانی است. این روان همان است که قرآن کریم آن را نفس مطمئنه یا روان آرام می نامد. انسان بهنجارِ دارای روان آرام کسی است که به بهداشت تن اهمیت می دهد و نیازهای ضروری آن را از راه مشروع برآورده می سازد. هم چنین با تمسّک به عقیده توحید و نزدیک ساختن خود به خداوند متعال با به جا آوردن عبادات و انجام دادن کارهای نیک و دوری کردن از گناه و هر کاری که خشم و ناخشنودی خدا را بر می انگیزد، نیازهای روحی اش را ارضا می نماید. او همواره جویای درستی در رفتار است و همه گفتارها و کردارهایش با شیوه ای که خداوند متعال در قرآن کریم برای انسان تعیین فرموده و پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله در سنّت خود آن را روشن ساخته است سازگاری دارد.

انسان بهنجارِ برخوردار از روان آرام کسی است که بر طبق فطرت خدا دادی اش، یعنی عقیده توحید، زندگی می کند. بدیهی است این فطرت نیاز به چیزی دارد که آن را نگهداری و تغذیه کند و رشدش دهد و آن، شریعت آسمانی است. خداوند بزرگ پیامبران خود را فرستاد و کتاب هایش را نازل کرد تا انسان را به عواملی که فطرت سلیم او را حفظ می کنند و جنبه روحی او را رشد می دهند و تقویت می کنند رهنمون شود؛ عواملی چون ایمان به خدا و پرستش خدای یگانه و بی انباز و در پیش گرفتن تقوا و اجتناب از گناهان و ایستادگی در برابر خواهش های نفس. از این رهگذر، انسان می تواند میان بعد مادی و بعد روحی خود تعادل برقرار سازد و بدین ترتیب، از زندگی بهنجار و بهداشت و سلامت روانی برخوردار شود.

کامل ترین نمونه شخصیت بهنجار، شخصیت پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله است که از تعادل کامل در دو بعد مادی و روحی برخودار بود. آن حضرت هم زندگیِ بشریِ عادی خود را داشت و نیازهای جسمی اش را در حدود شرعی ارضا می کرد و هم از طریق

عبـادت مخلصانه و توأم باخشوع و صـفای قلبی، خداونـد نیازهای روحی اش را برآورده می ساخت، به طوری که هیـچ متاع و زرق و برق دنیوی نمی توانست او را از عبادت خداوند غافل گرداند. بنابراین، شخصـیت پیامبر صـلی الله علیه و آله شخصـیت انسـان کامل و عالی ترین نمونه شخصـیّت بهنجار است؛ شخصـیتی که از اعتـدال رفتاری، در کامل ترین شـکل آن، برخوردار بود و کلیه صـفات پسـندیده اخلاـقی در آن وجود داشت. اخلاـق آن حضـرت آینه تمـام نمـای قرآن بود. خداونـد متعـال در وصف او فرموده است: «به راستی که تو دارای اخلاـق والاـیی هستی».(۱) پیامبر اکرم صـلی الله علیه و آلهنمونه آرمانی «نفس مطمئنه» یا روان آرام بود و همه شاخص های بهداشت و سلامت روانی، در عالی ترین سطوحشان، در آن تحقّق داشت.

روش اسلام در ایجاد بهداشت و سلامت روانی

اشاره

اسـلام در تربیت انسـان روش تربیتی هدفمنـدی را دنبـال می کنـد که میان جنبه مادی و روحی آدمی تعادل برقرار می سازد و این تعـادل، خـود، به تحقّق شخصـیّت بهنجـارِ برخوردار از بهـداشت و سـلامت روانی می انجامـد. از آن جـا که بیش تر مردم گرایش دارنـد به تحصـیل سـعادت در همین زنـدگی دنیا بپردازند و از کار و تلاش برای تحصـیل سـعادت در زندگی اخروی غافلند، انسان نیازمند روش تربیتی خاصّی است که سه شیوه تربیتی زیر را در خود جای داده باشد:

اول: توجّه به تقویت جنبه روحی انسان از رهگذر ایمان به خدا و تقوای الهی و به جا آوردن عبادت های گوناگون.

دوم: توجّه به تسلّط بر جنبه بدنی از طریق کنترل انگیزه ها و عواطف و چیره

آمدن بر هوس ها و خواهش های نفسانی.

سوم: توجّه به آموختن مجموعه ای از خصـلت هـا و عادت ها به انسان که برای نضـج عاطفی و اجتماعی و رشـد شخصـیت او ضروری هستند و انسان را برای

۱- قلم/۴.

پـذیرفتن مسؤولیت هـایش در زنـدگی و ایفـای نقش فعـال و مؤثر در پیشـرفت و آبـادانی جـامعه و داشـتن زنـدگی بهنجـار و برخوردار از بهداشت و سلامت روانی آماده می سازند.

یکم: شیوه تقویت جنبه روحی

۱ – ایمان به خدای یکتا و پرستش او

اسـلام، انسان را به ایمان به خدای یگانه و پرسـتشِ او فرا می خواند. پیامبر اکرم صـلی الله علیه و آلهسیزده سالِ نخست دعوت خود را در فرا خوانـدن به عقیـده توحید و تثبیت ریشه های ایمان در دل های یارانش و تصـفیه و تزکیه نفوس آن ها، از طریق نزدیک شـدن به خـدا و پرسـتش او، سپری کرد. ایمان به خـدای بزرگ تأثیر شـگرفی در دگرگون ساختن شخصـیت عرب ها داشت، چه، بسـیاری از عادات جاهلی خود را به کنار نهادنـد و افکارشان از بند جهل و خرافات آزاد شد و روان هایشان نیز از بسـیاری ترس ها که اغلب مردم دچار آن هسـتند، رهایی یافت. آن ها از ترس از مرگ، ترس از فقر، ترس از مصایب روزگار و ترس از مردم آزاد شدند(۱) و در امنیّت روانی به زندگی پرداختند.

پیامبر صـلی الله علیه و آله یاران خود را به چنگ زدن در رشته ایمان به خدا، سعی برای نزدیک شدن به او، پیروی از هر آنچه مـایه خشـنودی خداونـد است، تکیه کردن به او و کمـک جسـتن از او و لاـغیر دعوت می کرد.آن بزرگوار به یـاران خود می آموخت که جز از

خدای تعالی نترسند و جز از خدای یگانه چیزی نخواهند. اندرزهای پیامبر صلی الله علیه و آله به ابن عبّاس زمانی که در ترک آن حضـرت سوار بود، و مـا داسـتان آن را پیش تر نقـل کردیم، خود گواه روشـنی بر درستی این سـخن است. در آن حـدیث آمده بود:

«... هرگاه چیزی خواستی از خـدا بخواه و هرگاه کمک طلبیـدی از خـدا بطلب و بـدان که اگر همه امّت همداسـتان شوند که نفعی به تو برسانند جز آنچه خداوند

۱- در این باره رجوع کنید به قرآن و روان شناسی، ص۱۰۶ – ۱۰۹.

برایت رقم زده است نفعی به تو نرسانند و اگر همداستان شوند که زیانی به تو زنند جز آنچه خداوند برایت رقم زده است زیانی به تو نرسانند...»(۱)

ایمان به خدای بزرگ جان را آکنده از سُرور و خرسندی و احساس خوشبختی می کند. و باعث می شود که انسان غرق در آرامش و امنیّت روانی زندگی کند؛ زیرا مؤمنی که حقیقتا به خدا باور دارد و با تمام وجود او را می پرستد می داند که خداوند متعال با اوست و از او حمایت و نگهداری می کند و در زندگی اش او را موفّق می دارد و محبتش را در دل های مردم می افکند:

«اَلَّذینَ امَنُوا وَلَمْ یَلْبِسُوا ایمَانَهُمْ بِظُلْمٍ اُولئِکَ لَهُمُ الْاَمْنُ وَهُمْ مُهْتَدُونَ»(۲)

«کسانی که ایمان آورده و ایمانشان را به شرک نیالوده اند، آنان راست ایمنی و ایشان رهیافتگانند».

«اَلَّذینَ امَنُوا وَ تَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِکْرِ اللّه ِ اَلاَ بِذِکْرِ اللّه ِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ»(۳)

«همان کسانی که ایمان آورده اند دل هایشان به یاد خدا آرام می گیرد، آگاه باش که با یاد خدا دل ها آرامش می یابد».

«مَنْ عَمِلَ صَالِحًا مِنْ ذَکَرٍ اَوْ اُ نْثی وَ هُوَ مُؤْمِنٌ فَلَنُحْیِیَنَّهُ حَیوةً طَیِّبَةً وَ لَنَجْزِیَنَّهُمْ اَجْرَهُمْ بِاَحْسَنِ مَا کَانُوا یَعْمَلُونَ»(۴)

«هر کس، از مرد یا زن، کار شایسته کند و مؤمن هم باشد، قطعا او را با زندگی پاکیزه ای، حیات [حقیقی] بخشیم، و مسلّما به آنان بهتر از آنچه انجام می دادند پاداش خواهیم داد».

اَنَس از رسول خدا صلی الله علیه و آله روایت کرده است که فرمود:

«هر کس آخرت همّ وغم او باشد خداوند دلش را بی نیاز گرداند و پریشانی او را

۱- ترمذی، ج۹، ص۳۱۹، ۳۲۰؛ احمد، ج۱، ص۲۹۳، ۳۰۳، ۳۰۷. متن کامل حدیث را در ص ۱۴۵ - ۱۴۶ ببینید.
۲- انعام/۸۲.
۳- رعد/۲۸.
۴- نحل/۹۷.

بـه سامـان آورد و دنیـا علی رغـم میـل خـود بـه او رو می آورد، و هر کس دنیـا هـمّ و غمش باشـد خداونـد فقرش را در برابر دیـدگانش قرار دهـد و جمعیتش را پریشان سازد و از دنیا جز به اندازه ای که برایش مقدّر شده است به او نرسد، پس، شب و روز خود را با فقر سپری کند.

هرگاه بنـده به خـدا روی کنـد خداوند دل های مؤمنان را با مهر و محبت فرمانبردار او سازد، و خدا تمام خیر و خوبی ها را در اسرع وقت به او برساند».(۱)

۲ – تقوا

ایمـان راستین به خـدای تعـالی بـا تقوای الهی همراه است.تقوا به این معنـاست که انسـان بـا دوری کردن از گناهان و در پیش گرفتن راه خـدا یـا به عبارت دیگر، انجام دادن فرامین خداونـد و خودداری از نواهی او، خویشـتن را از خشم و عـذاب خـدای بزرگ حفظ کند.

«تقوا به این معناست که انسان در کارهای خود همواره بایـد در جسـتجوی حق و عـدالت و امانت و صداقت باشد و با مردم به خوبی رفتار کند و از تجاوز و ستم بپرهیزد. دیگر این که انسان تمام کارهایی راکه به او محوّل می شود به نیکوترین

شکل انجام دهـد؛ چرا که او در هر کاری که انجام می دهد همیشه به خداوند متعال توجه دارد و خشـنودی و پاداش او را می جویـد. و این، خود، موجب می شود که انسان پیوسـته در جهت اصـلاح خود و رشد توانایی ها و اطلاعاتش بکوشد تا این که بتواند کار خود را به بهترین شکل انجام دهد. تقوا، به این معنا، نیرویی می شود که انسان را به سوی رفتار بهتر و برتر و رشد و ارتقای نفس و اجتناب از رفتار زشت و انحرافی و نابهنجار سوق می دهـد».(۲) بنابراین، تقوا از عوامل اصـلی نضج و تکامل و تعادل شخصیت و رسیدن به کمال انسانی و تحقق سعادت و بهداشت و سلامت

۱- شیبانی، ج۴، ص۱۸۴.

۲- محمد عثمان نجاتی، قرآن و روان شناسی، ص۳۵۳.

روانی است.

۳ – عبادات

به جا آوردن عبادات گوناگون، نظیر نماز و روزه و زکات و حجّ، در پرورش شخصیت انسان و تزکیه نفس او تأثیر می گذارد و بسیاری از خصلت های پسندیده و سودمند را به انسان در تحمل سختی های زندگی و شکل گیری شخصیت بهنجار کمک می کنند، به او می آموزد. انجام دادن این عبادت های مختلف، شکیبایی در برابر مشقّت ها، مبارزه با نفس و تسلط بر هوس ها و خواهش های آن، قدرت و صلابت عزم و اراده و دوست داشتن مردم و نیکی کردن به آن ها را به انسان می آموزد و روحیه مشارکت اجتماعی را در او رشد می دهد. نگارنده، موضوع اهمیت عبادات در زمینه سلامت و بهداشت روانی را در کتاب قرآن و روان شناسی با تفصیل بیش تری بحث کرده است.(۱)

نزدیک شدن به خداوند از طریق عبادات، احساس خوشبختی و امنیت روانی را در انسان بر می انگیزد و نیروی روحی و روانی شگرفی را در او پدید می آورد؛ زیرا

می داند که تحت مراقبت و حمایت خداوند قرار دارد و خدای بزرگ او را کمک و پشتیبانی می کند. در روایتی از پیامبر خدا صلی الله علیه و آله آمده است:

«خدای تعالی فرمود: هر کس با دوست من دشمنی کند با او اعلان جنگ دهم. بنده ام به چیزی محبوب تر از انجام دادن آنچه بر او واجب ساخته ام خود را به من نزدیک نگرداند. بنده ام از طریق نافله ها [نمازهای مستحبّی] پیوسته خود را به من

نزدیک سازد تا جایی که دوستدار او شوم، و چون دوستدار او شدم، آن گاه گوش او شوم که با آن بشنود، چشم او که با آن ببیند، دست او که با آن کار کند، پای او که با آن راه رود، و اگر از من بخواهد به او دهم و اگر از من پناه خواهد پناهش دهم، من در هیچ کاری به اندازه، گرفتن جان بنده مؤمنم دو دل نمی شوم: او مردن را ناخوش

۱- قرآن و روانشناسی، ص ۳۵۴ – ۳۵۷.

می دارد و من ناراحتی او را خوش نمی دارم».(۱)

دوم: شیوه تسلّط بر جنبه بدنی انسان

۱ – تسلّط بر انگیزه ها

اسلام به تسلّط بر انگیزه ها و مهار کردن آن ها فرا می خوانـد. اسلام هرگز به سرکوب انگیزه های فطری دعوت نمی کنـد، بلکه به ارضای حساب شـده این انگیزه ها و کنترل و هدایت درست آن ها به گونه ای که مصلحت فرد و جامعه رعایت شود، دعوت می کند. قرآن کریم و سنّت شریف نبوی به دو روش برای ارضای حساب شده انگیزه های فطری فرا می خواند:

الف – ارضـای انگیزه ها از راه حلال و مشـروع. نمونه اش اجازه ارضای انگیزه جنسـی از طریق ازدواج و تحریم ارضای آن از راه زناست.

«وَلْيَسْتَعْفِفِ الَّذِينَ لاَ يَجِدُونَ نِكَاحًا حَتّى يُغْنِيَهُمُ اللّه ُمِنْ فَضْلِهِ»(۲).

«و کسانی که راهی برای ازدواج نمی یابند باید پاکدامنی ورزند تا این که خداوند آنان را از فضل خویش توانگر سازد».

ب – افراط نکردن در ارضـای انگیزه هـا؛ چرا که افراط در این زمینه به سـلامت جسم و روان آسـیب هـای زیادی می رسانـد. پیـامبر اکرم صـلی الله علیه و آله نیز هم چنان که در فصل اول، هنگام سـخن از مهار انگیزه ها گفتیم، به خودداری از افراط در ارضای انگیزه های فطری توصیه فرموده است.

همـان طور که در فصـل اول توضـیح دادیم، قرآن کریم انسان را تنها به کنترل انگیزه های فیزیولوژیکی فطری سـفارش نکرده بلکه به کنترل انگیزه هـای روانی ماننـد انگیزه پرخاشـگری، انگیزه مالکیت و خواهش های گوناگون نفسانی نیز توصـیه کرده است. پیامبر خدا صلی الله علیه و آله نیز مردم را به تسلّط بر انگیزه ها و خواهش های نفسانی شان

۱- شیبانی، ج۳، ص۳۳۵؛ نوَوی، ج۱، ح۱/۹۵.

۲- نور/۳۳.

ستایش کرده است.

۲ – تسلّط بر هیجان ها

قرآن کریم مردم را به تسلّط بر هیجان هایشان و مهار آن ها دعوت می کند. تحقیقات پزشکی و روان شناختی جدید حکمت این امر را روشن ساخته است؛ زیرا، ثابت شده است که تشویش در حیات هیجانی انسان به بروز بیماریهای جسمی و روانی فراوانی می انجامد. نگارنده، در کتاب قرآن و روان شناسی به موضوع تسلّط بر هیجانها از دیدگاه قرآن کریم پرداخته است.

رسول خدا صلی الله علیه و آله نیز – هم چنان که در فصل دوم در ضمن سخن از تسلّط بر هیجان ها از دیدگاه حدیث با اندکی تفضیل بیان داشتیم – مردم را به چیره آمدن بر هیجان خشم و دیگر هیجان ها دعوت کرده است.

سوم: شیوه آموختن خصلت های ضرور برای بهداشت و سلامت روانی

اشاره

پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله در سال های اولیه دعوت اسلام در مکّه، ساختن انسان و تربیت او و آماده ساختنش برای به دوش کشیدن بار مسؤولیت های نشر دعوت اسلام و برقراری دولت اسلامی را مورد توجه قرار داد. آن حضرت در کنار آموختن اصول و مبانی اعتقادی دین اسلام و انجام عبادات به مسلمانان و تقویت ریشه های ایمان و تقوا در جان هایشان، رفتار درست و خوی های پسندیده و عادت های نیکو در فعالیت های گوناگون زندگی روزانه شان و در تعاملشان با دیگران را نیز به آنان می آموخت. حسّ مردم دوستی و همکاری و یاری دادن به دیگران، اعتماد به نفس و راضی بودن به آنچه خداوند متعال برای آنان مقدر فرموده است، از جمله مواردی بود که پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله به مردم آموزش می داد. و بذر امنیت و آرامش و رهایی از ترس و اضطراب را در وجود آنان می افشاند و به کار وتولید و تحصیل علم

و معرفت و دوری از جهل و اوهام و خرافات تشویقشان می کرد. هم چنین توجّه به سلامت و توانایی جسم و فرا گرفتن سوار کاری و تیراندازی را توصیه می فرمود. کوته سخن این که، پیامبر خدا صلی الله علیه و آله تمام خوی و مَنش های خوب و زیبا راکه روان شناسان جدید آن ها را از شاخصه های بهداشت و سلامت روانی می شمارند، به یارانش می آموخت. بنابراین، تعجّبی ندارد اگر یاران آن حضرت را که در مکتب پیامبر صلی الله علیه و آلهتربیت شدند، انسان هایی وارسته، آزاد اندیش، خوش اخلاق و برخوردار از رفتار درست و شخصیّت کامل می یابیم، به طوری که از میان آنان قهرمانانی ظهور کردند که سپاهیان ایران و روم را در هم شکستند و کشورها را فتح کردند و بر جهان حاکم شدند و دولت های جدید به وجود آوردند و از نسل آن ها نیز دانشمندان و اندیشمندانی پدید آمدند که در عرصه های گوناگون علم و معرفت به کند و کاو

پرداختند، چندان که کتاب های آنان، تا اندکی پیش از عصر نوزایی اروپا، در دانشگاه های اروپایی خوانده می شد و در روشنگری افکار اروپاییان و پیدایش جنبش علمی در میان آنان نقش بسزا داشت.

آموزه های قرآن کریم و تعالیم پیامبر صلی الله علیه و آله بیش ترین تأثیر را در دگرگون سازی شخصیت مسلمانان داشت. در پرتو این تعالیم بود که از ضعف به قدرت و از پراکندگی به هم بستگی گراییدند و عادت های بد را رها کرده به عادت های خوب روی آوردند. کسانی که به اسلام گرویدند از افرادی گرفتار و مبتلا به خوی های ناپسند به انسان هایی با رفتار درست و خوی و منش های پسندیده تبدیل شدند، و به طور خلاصه، شخصیت های آنان بهنجار و برخوردار از صفاتی شد که از شاخص های خوب بهداشت و سلامت روانی به شمار می آیند. در این جا هرگز قصد آن ندارم کلیه خصلت ها و منش ها و عادت های رفتاری را که از نشانه های بهداشت روانی محسوب می شوند و صحابه آن ها را از مکتب نبوی آموختند، برشمارم بلکه تنها به ذکر پاره ای که توانسته ام احادیثی درباره آنها جمع آوری کنم،

می پردازم شاید بررسی بیش تر احادیث پیامبر صلی الله علیه و آله خصلت های دیگری را که ارتباط

نزدیکی با بهداشت و سلامت روانی دارند بر ما مکشوف سازد.

۱ – احساس امنیّت روانی

پیامبر صلی الله علیه و آله مدام یارانش را به ایمان به خدای یگانه فرا می خواند و پیوسته آنان را به تقوای الهی سفارش می کرد بدان امید که به آمرزش و خشنودی خدا و پاداش بزرگ او، یعنی نعمت جاویدان بهشت، دست یابند. این امید، خود، انگیزه نیرومندی برای خلوص ورزیدن در عبادت خدا، در پیش گرفتن رفتار درست و دوری کردن از همه مظاهر انحراف بود و تأثیر شگرفی در احساس آرامش و امنیت روانی آنان داشت.

پیامبر صلی الله علیه و آله روح برادری و همکاری و همبستگی و یکپارچگی اجتماعی را در یاران خود می دمید و روحیه تعلّق به گروه را در آن ها تقویت می کرد و رشته های روابط اجتماعی را در میانشان استحکام می بخشید و به مردم دوستی و کمک و یاری به یکدیگر دعوتشان می نمود. مجموع این عوامل باعث شد که جامعه اسلامی در عصر پیامبر صلی الله علیه و آله به نمونه ای از یک جامعه انسانی بهنجار تبدیل شود، جامعه ای که اعضای آن همانند خشت های یک بنای به هم پیوسته اند، یا به سان اعضای هماهنگ و همیار پیکر یک انسانند. احساسِ تعلّق به گروه و مشارکت فعال در خدمت به آن، تلاش بی شائبه در راه پیشرفت و تعالی گروه، احساس علاقه و محبت به دیگر اعضا و این احساس که او نیز متقابلاً، مقبول و محبوب گروه است، همگی از عوامل مهمّ پیدایش احساس آرامش و امنیت روانی در فرد هستند. پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله خاطر نشان ساخته است که احساس امنیّت فرد در گروه یکی از عوامل مهمّ احساس خوشبختی است. عبیداللّه بن مُحَصَّن خِطمی روایت کرده است که پیامبر خدا صلی الله علیه و آله فرمود:

«هرکس روز خود را در حالی آغاز کند که در گروه خود احساس امنیت و آرامش داشته باشد و از جسمی سالم بر خوردار بوده، خوراک روزانه را داشته باشد، چنان

است که همه دنیا را به او داده اند».(۱)

در این حدیث، پیامبر صلی الله علیه و آله به سه عامل اصلی خوشبختی اشاره کرده است: احساس امنیت در گروه، تندرستی و داشتن قوت روزانه، شکی نیست که موارد فوق و ارضای نیازهای فطری ضرور برای ادامه زندگی از شاخصه های مهمّ بهداشت و سلامت روانی هستند.

۲ – خود اتّکایی

پیامبر گرامی اسلام صلی الله علیه و آله به یارانش می آموخت که به خود متّکی باشند و کارهایشان را خودشان انجام دهند و در رفع نیازهایشان به دیگری اتکا نکنند. ابوعبدالرحمن بن عوف بن مالک اشجعی می گوید:

ما نُه یا هشت یا هفت نفری نزد رسول خدا صلی الله علیه و آله بودیم، فرمود: «با رسول خدا بیعت نمی کنید؟» ما که تازه بیعت کرده بودیم، عرض کردیم: ما که با شما بیعت کرده ایم ای رسول خدا.

مجددا فرمود: «با رسول خدا بیعت نمی کنید؟». ما دست هایمان را گشودیم و عرض کردیم: با شما بیعت کردیم ای رسول خدا، بر چه بیعت کنیم؟ فرمود:«بر این که خدا را بپرستید و چیزی را شریک او قرار ندهید و بر به جا آوردن نمازهای پنجگانه و اطاعت کردن از خدا» و آهسته فرمود: «و از مردم چیزی نخواهید». پس از آن، می دیدم که هر یک از آن تعداد اگر تازیانه اش می افتاد از هیچ کس نمی خواست که آن را به دست او دهد.(۲)

ثوبان نیز می گوید که پیامبر صلی الله علیه و آله فرمود:

«چه کسی به من تضمین می دهد که از مردم چیزی نخواهد تا من بهشت را

۱- شیبانی، ج۴، ص۴۵. [واژه «سرب» که در حدیث آمده به معنای قلب و باطن نیز هست. بنابراین، معنای حدیث چنین است: هر کس روانی آرام و جسمی سالم و... داشته باشد... – م].

۲- نَوَوی؛ ج۱، ص۴۶۳، ح۸/۵۲۹؛ ابوداود، ج۲، ح۱۶۴۲.

برایش تضمین کنم؟» ثوبان گفت: من. و از آن پس از احدی چیزی درخواست نکرد.(۱)

پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله یاران خود را تشویق می فرمود که در تحصیل رزق و روزی روی پای خود بایستند و آنان را از گدایی و تقاضا از مردم نهی می کرد. ابو هریره می گوید

که پیامبر صلی الله علیه و آله فرمود:

«سوگند به آن که جانم در دست اوست اگر هر یک از شما ریسمان خود را بر

دارد و با آن بر پشت خود هیزم حمل کند برایش بهتر از آن است که نزد کسی رود و از او چیزی بخواهد، چه به او بدهد یا ندهد».(۲)

از حکیم بن حِزام روایت شده است که گفت :

از رسول خدا صلی الله علیه و آله عطا خواستم و به من عطا فرمود. دوباره خواستم و باز به من عطا فرمود. سه باره خواستم و باز عطا کرد، سپس فرمود:«ای حکیم، این مال خواستنی و شیرین است، پس هر که آن را با بلند طبعی بگیرد در آن به او برکت داده شود و هر که آن را طمعکارانه بگیرد در آن مال به او برکت داده نشود، همانند کسی که می خورد و سیر نمی شود. دستِ دهنده بهتر از دست گیرنده است». حکیم گفت: من عرض کردم: ای رسول خدا، سوگند به آن خدایی که تو را بر حق برانگیخت، بعد از شما تا زنده باشم هرگز از کسی چیزی نخواهم خواست. در زمان ابوبکر و عمر، وقتی آن دو می خواستند حقّ او را از بیت المال بدهند، نمی پذیرفت، تا آن که از دنیا رفت.(۳)

۳ – اعتماد به نفس

تعلیم و تربیت پیامبر صلی الله علیه و آله بر اعتماد به نفس مسلمانان افزود و آن ها را از احساس

۱- ابو داود، ج۲، ص ۱۲۱.
۲- ناصف، ج۲، ص۳۵.
۳- ناصف، ج۲، ص۳۵.

کمبود و ضعف و ترس رهانید و به خود باوری و شجاعت در اظهار نظر و بیان افکار و احساسات بدون ترس و واهمه از مردم، تشویقشان کرد.

سعید خدری از قول رسول خدا صلی الله علیه و آله روایت کرده است که فرمود:

«هیچ یک از شما نباید خودش را کوچک انگارد». اصحاب عرض کردند: ای رسول خدا، یعنی چه خودش را کوچک انگارد؟ فرمود:«این که وظیفه الهی خود بداند که چیزی را بگوید اما نگوید. خداوند عزّوجل در روز قیامت به او فرماید:

چرا درباره من فلان و بهمان چیز را نگفتی؟

و او گوید: از ترس مردم. خداوند فرماید: من سزاوارتر بودم که از من بترسی».(۱)

یکی از عواملی که به انسان در داشتن اعتماد به نفس کمک می کند این است که تصور او از خودش خوب و مثبت باشد. اگر انسان از خودش این تصوّر را داشته باشد که شخصی شایسته محبت و تقدیر از سوی مردم و انسانی موفق و با کفایت و کارآمد است، معمولاً رفتارش با این مفهوم هماهنگ خواهد بود، اما اگر تصور او از خودش این باشد که شایستگی محبّت و احترام از جانب مردم را ندارد و انسان شکست خورده و بی کفایتی است رفتارش نیز با این تصور هماهنگ خواهد بود. در نتیجه، اعتماد به نفس را از دست می دهد و احساس می کند که توانایی جلب توجه و احترام مردم را ندارد. هم چنین غالبا در انجام دادن کارهای مهم دچار تردید می شود، چون می ترسد در آن کار شکست بخورد.

خود پنداره انسان حاصل رفتار والدین و خانواده در فرایند اجتماعی شدن و نتیجه تجارب شخصی او در بسیاری از موقعیت هایی است که شخص در آن موقعیت ها با شکست یا کیفر یا انتقاد مواجه می شود.

پیامبر صلی الله علیه و آله نمونه اعلای خوشرفتاری با فرزندان و نوادگانش بود. پیش تر به علاقه پیامبر صلی الله علیه و آله و توجه فوق العاده آن حضرت به حسن و حسین علیهماالسلام وخوشرفتاری او با آن دو اشاره کردیم. آن بزرگوار از این جهت برای یارانش الگویی بود که به او اقتدا

۱- ابن ماجه، درالفتن ج۲، ح۴۰۰۸؛ احمد، ج۳، ص ۳۰، ۴۷، ۷۳، ۹۱.

می کردنـد. علاوه بر این، یاران خود را به خوشـرفتاری با فرزنـدان ترغیب و تشویق نیز می کرد. از اَنَس روایت شـده است که پیامبر صلی الله علیه و آله فرمود:

«به فرزندانتان احترام نهید و آن ها را نیکو تربیت کنید».(۱)

پیامبر فرزانه اسلام اهمیّت نام در ایجاد خود پنداره را می دانست. نام زیبا و نیکو

یکی از عوامـل پیـدایش مفهوم خوب و مثبت از خود است. آن حضـرت نام های زشت را خوش نمی داشت و آن ها را به نام های خوب و زیبا تغییر می داد. سـعید بن مُسَیِّب از قول پدرش از جدّش نقل کرده است که وی نزد پیامبر صلی الله علیه و آله آمد. پیامبر صلی الله علیه و آله از او پرسید:

«نـامت چیست؟» گفت: حَزن. حضـرت فرمود: «تو سـهل هسـتی». او گفت: من نـامی را که پـدرم بر من نهـاده است تغییر نمی دهم. ابن مسیّب گفت: از آن پس همواره حزونت در میان ما بود.(۲)

در روایت دیگری آمده است که «دختری نامش عاصیه [سرکش و نافرمان] بود.

پیامبر خدا صلی الله علیه و آله نامش را به جمیله تغییر داد».(۳)

از اسامه بن اَخْدری نیز روایت شده است که جمعی خدمت پیامبر خدا صـلی الله علیه و آله رسیدند. در بین آن ها مردی اَصرم نام بود. پیامبر صلی الله علیه و آله از او پرسید:

«نامت چیست؟». گفت: اصرم هستم. حضرت فرمود: «نه، تو زرعه هستی».(۴)

از دیگر نام هایی که پیامبر صـلی الله علیه و آله آن ها را تغییر داد یکی «شهاب» بود که او را «هشام» نامید، دیگری «حرب» نام داشت که به «سـلم» تغییرش داد، هم چنین نام های «عاص» و «شـیطان» و «غراب» و دیگر نام های نازیبا را به نام های زیبا تغییر داد.

۱- ابن ماجه، در الادب، ج۲، ح ۳۶۷۱.
۲- ناصف، ج۵، ص۲۷۵، «حزَن» ضد «سَهل» است به معنای زمین درشت و ناهموار.
۳- ناصف، ج۵، ص۲۷۵.
۴- ناصف، ج۵، ص۲۶۷. «زرعه» از زراعت است به خلاف «اصـرم» که از «صـرم» است به معنای بریـدن، و نام نازیبایی است چون حکایت از بریده شدن خیر و برکت دارد.

۴ – احساس مسؤولیت

فرد در جامعه به مثابه سلول در بدن است و زمانی سالم خواهد بود که همه

سلول های بدن صحیح و سالم باشند و وظایف خود را به بهترین وجه انجام دهند. جامعه نیز زمانی از سلامت و بهداشت روانی برخوردار خواهد بود که همه افراد آن سالم باشند و مسؤولیت ها و وظایف خود را به بهترین شکل انجام دهند. از ویژگی های مهم شخصیت بهنجار این است که فرد از هر جهت احساس مسؤولیت کند: در برابر خانواده، در قبال مؤسسه ای که در آن کار می کند، در قبال همکاران و دوستان و همسایگان خود و به طور کلی در برابر تمام انسان ها و هرگاه فرد در جامعه نسبت به دیگرانی که مکلّف به مراقبت و حمایت از آن هاست و در قبال کاری که موظف به انجام دادن آن است و در برابر مصلحت عمومی کلّ جامعه احساس مسؤولیت کند، جامعه پیشرفت می کند و خیر و برکت تمام افراد جامعه را در بر می گیرد. شخص بهنجار همواره در برابر دیگر مردمان احساس مسؤولیّت اخلاقی و اجتماعی می کند. از این رو، مایل است به دیگران کمک کند و دست آن ها را بگیرد. آلفرد آدلر [Alfred Adler]، دانشمند روانکاو، برای درمان بیماران روانی خود می کوشید آن ها را به این سمت سوق دهد که به دیگر انسان ها اهمیت بدهند و سعی کنند به آن ها کمک نمایند و رابطه شان را با افراد جامعه تقویت کنند.(۱)آلفرد آدلر در این باره گفته است: «...هدف من از همه این کارها این است که توجه بیمارانم را به دیگران معطوف سازم؛ زیرا زمانی که بیمار در جمعی جذب شد وبا افراد آن در یک سطح قرار گرفت و به همکاری و مساعدت با آن ها پرداخت، در واقع بهبود یافته است. به نظر من، مهمترین چیزی که دین به آن توصیه کرده دوست داشتن همسایه و کمک کردن به اوست و شخصی که از کمک به دیگران خودداری

۱- ۱. Alfred Adler: understanding Human nature. New York: Greenberg publishers Inc,. ۱۹۲۷, p. ۲۳۹.

کند سزاوار است که آماج سختی ها و مشکلات واقع شود. تمام آنچه زندگی از فرد می خواهد این است که فعال و مولّد و مردم دوست و در عشق و ازدواج تأثیرگذار

باشد».(۱)

پیامبر اسلام صلی الله علیه و آله به مسؤولیت پذیر بار آوردن یارانش اهتمام می ورزید و سعی داشت آنان را با احساس مسؤولیت تربیت کند. در روایتی از آن حضرت آمده است که فرمود:

«هر یک از شما یک سرپرست است و در برابر زیر دستش مسؤول است: پیشوای مردم سرپرست آن هاست و در برابر زیر دستانش مسؤول است؛ مرد سرپرست خانواده خود است و در برابر زیردستانش مسؤول است. زن سرپرست خانواده شوهر خود است و در برابر آن ها مسؤول است. غلام مرد سرپرست اموال سَرِوَر خویش است و در برابر آن ها مسؤول است. پس، هر یک از شما یک سرپرست است و در برابر زیر دستش مسؤول است».(۲)

در این حدیث، پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله توضیح می دهد که هر انسانی در برابر افرادی که مکلّف به حمایت و مراقبت از آن هاست، یا در برابر کارها و وظایفی که بر عهده اش نهاده شده است، مسؤولیت دارد. عبارت: «هر یک از شما یک سرپرست است و در برابر زیر دستش مسؤول است» عبارتی عام است و همه افراد جامعه را در برمی گیرد.

پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله در این حدیث نمونه های فراگیری از مسؤولیت اجتماعی را بر شمرده است: پیشوا یا حاکمی که متولی امور مردم است مسؤول است که در امور آنان با حق و عدالت و مساوات رفتار کند و به گونه ای عمل نماید که برای همگان خیر و پیشرفت و رفاه و آسایش فراهم آورد. هم چنین مرد در برابر همه اعضای خانواده اش و مراقبت از آن ها و تأمین مخارجشان و درست تربیت کردن فرزندانش

۱- دیل کارینجی، دع القلق و ابدأ الحیاه، ترجمه عبدالمنعم الزیادی، ص ۲۶۲ - ۲۶۴.

۲- ناصف، ج۳، ص۴۷ - ۴۸.

و بار آوردن فرزندان شایسته مسؤول است تا این که به شهروندانی مفید تبدیل

شونـد و بتواننـد در پیشـرفت و ترقی جـامعه مشـارکت فعّال داشـته باشـند. زن نیز در قبال خانه شوهرش و فرزنـدان و اموال او مسؤول است. بایـد فرزنـدانش را درست تربیت کنـد، از اموالش محـافظت نمایـد و از کلیه امور و شؤون خـانه اش به بهـترین شکـل مراقبت به عمـل آورد. کسـی هم که خـدمتکار دیگری است نسـبت به امـوال مخـدومش مسؤول است. بایـد در آن ها درست دخل و تصرف کند و آن ها را از سرقت یا گم شدن و یا تلف گشتن محافظت نماید.

فردی که در قبال اعضای خانواده اش و کارش و مردم و به طور کلی، جامعه احساس مسؤولیت کند یک شـخص بهنجار است و احسـاس خشـنودی و آرامش روانی دارد؛ چرا که عضوی سودمنـد در جـامعه است و در پیشـرفت و ترقی آن مشارکت فعال دارد.

۵ – خود باوری و استقلال رأی

پیـامبر صـلی الله علیه و آله خود بـاوری و اسـتقلال رأی را در یارانش رشـد می داد و آنان را از تقلیـد و پیروی کورکورانه در اندیشه ها و رفتارهایشان از دیگران بر حذر می داشت. حُذیفه می گوید که رسول خدا صلی الله علیه و آله فرمود:

«هیـچ یـک از شـما اهل هم رنگی با جماعت نباشـد، بگویـد: من دنباله رو مردم هسـتم، اگر آن ها خوب عمل کردنـد من هم خوب عمل می کنم و اگر بـد عمل کردنـد من نیز بد عمل می کنم، بلکه خود را عادت دهید که اگر مردم خوب عمل کردند شما هم خوب عمل کنید و اگر آن ها بد رفتار کردند شما از کردارهای بد آنان دوری کنید».(۱)

در این حدیث و مانند آن، پیامبر صلی الله علیه و آله یاران خود را به خودباوری و استقلال رأی فرا می خواند وآن ها را از این که دنباله رو دیگران باشند و به تقلید کورکورانه از افکار

۱- شیبانی، ج۴، ص۳۰۶ – ۳۰۷.

و رفتارهای آن ها بپردازند نهی می کند.

۶ – قناعت و خرسندی به قضا و قدر الهی

یکی از مهم ترین عوامل آسایش خاطر و خوشبختی انسان این است که به رزق و روزیی که خداوند متعال قسمت او کرده و به نعمت هایی که به وی ارزانی داشته است قانع باشد، و به کسانی که از او ثروتمندتر و برخوردارترند چشم ندوزد. قانع نبودن و ناخرسندی به نارضایتی و آزردگی می انجامد و باعث رنج و بدبختی او می شوند. پیامبر صلی الله علیه و آله برای ایجاد آسودگی خاطر و آرامش روانی در یارانش، آنان را به قناعت و خرسندی توصیه می کرد. او به پیروانش می آموخت که توانگری به داشتن مال و ثروت زیاد نیست بلکه توانگری واقعی در قناعت و رضایت نفس و استغناء و مناعت طبع است. در روایتی فرموده است:

«توانگری به بسیاری دارایی نیست بلکه توانگری و بی نیازی نفس است».(۱)

رسول گرامی اسلام به یاران خود توصیه می کرد که به بالا‌تر از خود ننگرند ؛ زیرا این امر ممکن است به نارضایتی منجرّ شود، بلکه به آنان توصیه می کرد که به پایین تر از خود بنگرند، زیرا، در این صورت وجود نعمت هایی را که خداوند به آنان داده است بیشتر احساس می کنند واین احساس، خود، باعث می گردد که بیش تر شکر گزار خداوند باشند. در روایتی از آن بزرگوار آمده است:

«به کسی که از شما پایین تر است بنگرید و به آن که از شما بالاتر است منگرید؛ این کار باعث می شود تا نعمت هایی را که خدا به شما داده است ناچیز نشمارید».(۲)

در حدیثی دیگر فرمود:

«هرگاه یکی از شما شخصی ثروتمندتر و زیباتر از خودش را دید به کم تر از خود بنگرد؛ این موجب می شود تا نعمت هایی را که خدا به او داده است حقیر

۱– ناصف، ج۵، ص۱۶۶.

۲– ناصف، ج۵، ص۱۶۶.

نشمارد».(۱)

در روایتی، بعد از نقل این حدیث، از قول عون بن عبداللّه بن عتبه نقل شده است که گفت :

«من با ثروتمندان هم نشینی داشتم و همیشه پر غم و غصه ترین مردم بودم؛ چون می دیدم دیگری مرکوبی بهتر از من دارد و جامه اش بهتر از جامه من است. چون این حدیث را شنیدم با فقرا مصاحبت اختیار کردم و از آن پس آسوده گشتم».(۲)

در یک حدیث طولانی از پیامبر صلی الله علیه و آله آمده است:

«... و به آنچه خدا قسمتت کرده است راضی باش تا بی نیازترین مردم باشی...».(۳)

سعد بن ابی وقّاص از پیامبر صلی الله علیه و آله روایت کرده است که فرمود:

«از سعادت آدمی این است که به قضا و قدر خداوند راضی باشد و از بدبختی آدمی این است که طلب خیر از خداوند را کنار بگذارد و از بدبختی آدمی این است که از آنچه خداوند متعال بر این مقدّر کرده است ناراضی باشد».(۴)

آری، قانع بودن انسان به روزی و رزقی که خداوند قسمت او کرده و رضایتش از اوضاع و شرایط زندگی اش که خدای تعالی برایش مقدّر ساخته است، یعنی همان چیزی که پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله ما را به آن توصیه می کند، از عوامل خوشبختی انسان و بهداشت و سلامت روانی او هستند.

۷ – شکیبایی

از جمله شاخصهای مهم بهداشت و سلامت روانی قدرت تحمّل سختی های زندگی و پایداری در برابر مشکلات و بحران ها و شکیبا بودن در مقابل بلایا و مصایب است، به طوری که در برابر آن ها سست نشود و از هم نپاشد و دچار یأس

۱- شیبانی، ج۴، ص ۴۶ – ۴۷.
۲- شیبانی، ج۴، ص ۴۶ – ۴۷.
۳- ناصف، ج۵، ص ۱۶۶ – ۱۶۷.
۴- شیبانی، ج۴، ص ۴۱.

نگردد.

خداوند بزرگ در بسیاری از آیات قرآن کریم ما را به صبر و شکیبایی سفارش فرموده است، از جمله در آیات زیر:

«وَ اسْتَعینُوا بِاص لصَّبْرِ وَ الصَّلوهِ وَ اِنَّهَا لَکَبیرَهٌ اِلاَّ عَلَی الْخَاشِعینَ».(۱)

«از شکیبایی و نماز یاری جویید و به راستی این کار گران است مگر بر فروتنان».

«یَاءَیُّهَا الَّذینَ امَنُوا اسْتَعینُوا بِاص لصَّبْرِ وَ الصَّلوهِ اِنَّ اللّه -مَعَ الصَّابِرینَ».(۲)

«ای کسانی که ایمان آورده اید از شکیبایی و نماز یاری جویید، که خدا با شکیبایان است».

«لَتُبْلَوُنَّ فی اَمْوَالِکُمْ وَاَ نْفُسِ-کُمْ وَلَتَسْ-مَعُنَّ مِنَ الَّذینَ اُوتُوا الْکِتَابَ مِنْ قَبْلِکُمْ وَمِنَ الَّذینَ اَشْ-رَکُوا اَذًی کَثیرًا وَاِنْ تَصْبِرُوا وَتَتَّقُوا فَاِنَّ ذلِکَ مِنْ عَزْمِ الاُْمُورِ».(۳)

«قطعا در مال ها و جان هایتان آزموده خواهید شد و از کسانی که پیش از شما به آنان کتاب داده شده و]نیز] از کسانی که شرک ورزیده اند [سخنان دل] آزار بسیاری خواهید شنید، [ولی] اگر شکیبایی ورزید و پرهیزگاری نمایید این [ایستادگی] حاکی از عزم استوار [شما] در کارهاست».

پیامبر صلی الله علیه و آله به یارانش می آموخت که بیماری ها یا صدماتی که به آنان می رسد، در واقع آزمایش الهی است تا از این رهگذر بر درجات آن ها بیفزاید و گناهانشان را

بزداید و برایشان ثواب بنویسد. این آموزه نبوی، عادت صبر و پایداری در برابر سختی های زندگی و تحمل مصایب آن را، با رضایت خاطر و روحیه تسلیم در برابر قضای الهی، در آنان تقویت می کرد. اینک به ذکر چند حدیث از پیامبر صلی الله علیه و آله در این خصوص می پردازیم:

«هیچ ناراحتی، رنج، بیماری، اندوه وحتی تشویشی به مؤمن نمی رسد مگر آن

۱- بقره/۴۵.

۲- بقره/۱۵۳.

۳- آل عمران/۱۸۶.

که خداوند به سبب آن از گناهانش می بخشد».(۱)

«هرگاه خداوند برای بنده ای خیری اراده کند در همین دنیا او را مجازات می کند و هرگاه برای بنده ای بدی بخواهد [در دنیا] او را به سبب گناهش مجازاتی نمی کند تا این که در روز قیامت کیفرش دهد».(۲)

«بزرگی پاداش متناسب با بزرگی بلاست.خدای تعالی هرگاه مردی را دوست داشته باشد آن ها را مبتلا می کند، پس هر که به آن بلا رضایت دهد رضایت خدا شامل حال او شود و هر کس ناخرسندی نماید ناخرسندی خدا را از آنِ خود گرداند».(۳)

«بلا پیوسته دامن گیر جان و فرزند و مال مرد و زن مؤمن باشد تا این که وقتی خدا را دیدار کند گناهی بر او نباشد».(۴)

«خداوند عزّوجل فرمود: به عزّت و جلالم سوگند چنانچه بخواهم کسی را بیاموزم او را از دنیا نبرم تا آن که هر گناهی را که برگردن اوست، به وسیله بیماری در

بدنش و تنگ کردن روزی اش، بزدایم».(۵)

این گونه احادیث نبوی به مسلمانان می آموخت که در برابر سختی ها و حوادث روزگار صبور باشند و آن ها را با جان و دل و از سر خشنودی و قضا و قدر الهی بپذیرند و باور داشته باشند که در این سختی ها ومصایبی که به آن ها می رسد نفع بسیاری برایشان نهفته است؛ چه گناهانشان را از بین می برد، و بر ثوابهایشان می افزاید. پیامبر صلی الله علیه و آله فرموده است:

«عجبا از کار مؤمن.همه چیز برای او خیر و نفع است و چنین چیزی برای احدی جز مؤمن وجود ندارد. اگر نعمتی به او رسد، او شکر می کند و این برای او خیر

۱- شیبانی، ج۳، ص۳۴۳.
۲- شیبانی، ج۳، ص۳۴۴.
۳- شیبانی، ج۳، ص۳۴۴.
۴- شیبانی، ج۳، ص۳۴۴.
۵- شیبانی، ج۳، ص ۳۴۵.

است و اگر سختی به او رسد صبر می کند و این نیز برای او خیر است».(۱)

۸ – انجام دادن کار با علاقه و درستی

شخص بهنجار شخصی است که کار خود را با نشاط و علاقه مندی و با درستی انجام می دهد. او در انجام کارش، نسبت به خودش و خانواده اش و به طور کل، جامعه احساس مسؤولیت می کند.

او انجام دادن ماهرانه و درست کارش را بیان صادقانه ای از آرزویش به پیشرفت و ترقی و کمال روحی و علاقه بی شائبه اش به ایفای نقش فعال در خدمت به جامعه و مشارکت صمیمانه در رشد و پیشرفت و شکوفایی آن می داند.

اسلام دین زندگی و کار است.انسان را به کار و تلاش تشویق می کند و از سستی و تنبلی باز می دارد. اسلام به تکاپو در زمین برای به دست آوردن روزی خداوند فرا می خواند. خدای بزرگ می فرماید:

«فَإِذَا قُضِيَتِ الصَّلوةُ فَاص نْتَشِرُوا فِی الْأَرْضِ وَ ابْتَغُوا مِنْ فَضْلِ اللّه ِ...»(۲)

«و چون نماز تمام شد در زمین پراکنده شوید و فضل خدا را بجویید...».

پیامبر اکرم نیز یارانش را به کار کردن تشویق می کرد. مِقدادبن مَعدیکَرِب می گوید پیامبر خدا صلی الله علیه و آله فرمود:

«هیچ کس هرگز خوراکی بهتر از دسترنج خود نخورده است. پیامبر خدا داود علیه السلام از دسترنج خودش می خورد».(۳)

در حدیث دیگری از آن حضرت که اَنَس روایت کرده، آمده است.:

«اگر قیامت برپا شود و در دست یکی از شما نهالی باشد، چنانچه توانست بلند نشود تا آن را بنشاند، این کار را بکند».(۴)

۱- ونسنک، ج۱، ص۱۱۵.

۲- جمعه / ۱۰.

۳- نَوَوی، ج۱، ص۴۷۱، ح۵/۵۴۳.

۴- احمد، ج۳، ص۱۸۳ - ۱۸۴، ۱۹۱.

هم چنین فرموده است:

«خداوند مؤمن شاغل را دوست دارد».(۱)

آن حضرت یاران خود را به انجام دادن درست و متقن کارهایشان تشویق می کرد و می فرمود:

«خداوند هر یک از شما را که چون کاری انجام دهد آن را درست و استوار انجام دهد دوست می دارد».(۲)

کار کردن انسان و درست انجام دادن کاری که می کند، موفقیت او در آن کار، خود اتکایی اش در کسب روزی خود و خانواده اش و ایفای نقش فعّال در خدمت به جامعه عواملی هستند که بر اعتماد به نفس انسان می افزایند و باعث می شوند که شخص به ارزش خود به عنوان انسانی فعّال و مفید و دارای نقش فعال و مهمّ در جامعه پی ببرد و احساس رضایت و خوش بختی کند.

۹ – توجّه به سلامت جسم

یکی از شاخص های سلامت و بهداشت روانی سلامت و بهداشت جسم است. از قدیم گفته اند: عقل سالم در بدن سالم است. پیامبر صلی الله علیه و آله به پرورش شخصیت

یارانش در تمام ابعاد روانی و جسمی و اجتماعی عنایت داشت و آن ها را تشویق می کرد که به سلامت و قوی داشتن جسمشان اهمیت بدهند تا توانایی تحمل مسؤولیت های جهاد در راه نشر دعوت و پیام اسلام را داشته باشند. در حدیثی می فرماید:

«مؤمن نیرومند در نزد خداوند بهتر و محبوب تر از مؤمن ناتوان است».(۳)

پیامبر صلی الله علیه و آله اهمیت بهداشت و سلامت را به یارانش می آموخت و آن را بالاتر از

۱- تخریج زین الدین ابی الفضل العراقی لاحادیث کتاب احیاء علوم الدین للغزالی، ج۲، ص۶۱، پ۶.

۲- بیهقی، شعب الایمان؛ طبرانی.

۳- نَوَوی، ج۱، ح ۶/۱۰۰.

ثروت بر می شمرد و می فرمود:

«ثروت برای کسی که تقوا دارد بد نیست اما سلامت برای کسی که تقوا دارد بهتر از ثروت است و رضایت خاطر، خود، نعمتی است».(۱)

پیامبر صلی الله علیه و آله سلامت جسم و بی گزندی تن را از عناصر اصلی خوشبختی و سعادت انسان می دانست. پیش تر حدیثی از آن بزرگوار نقل کردیم که در آن فرموده بود:

«هر کس صبح کند در حالی که خاطرش آسوده و جسمش سالم باشد و خوراک روز خود را داشته باشد، چنان است که همه دنیا را به او داده باشند».(۲)

پیامبر صلی الله علیه و آله برای عافیت و سلامت زیاد دعا می کرد و می فرمود:

«بار خدایا، بدنم را سالم بدار، گوشم را سالم بدار، چشمم را سالم بدار، معبودی جز تو نیست».(۳)

آن بزرگوار خویشان و یارانش را به درخواست عافیت و سلامت از خداوند بزرگ دعوت می کرد. در مُسند احمد بن حنبل آمده است که پیامبر صلی الله علیه و آله به عبّاس فرمود:

«ای عباس، ای عموی رسول خدا، از خداوند عافیت در دنیا و آخرت درخواست کن».(۴)

نیز در هیمن کتاب آمده است که آن حضرت فرمود:

«از خدا یقین و عافیت طلب کنید؛ زیرا، بعد از یقین، چیزی بهتر از عافیت به کسی داده نشده است».(۵)

آن بزرگوار، در این حدیث، عافیت و سلامت دین و دنیا را گردآورده است.

۱- ابن ماجه، ج۲، ح ۲۱۴۱؛ احمد، ج۵، ص ۳۸۱.
۲- شیبانی، ج۴، ص۴۵.
۳- تخریج زین الدین ابی الفضل العراقی، ج۱، ص ۳۱۹، پ۴.
۴- ابن قیم الجوزیه، الطبّ النبوی، ص۲۰۲.
۵- ابن قیم الجوزیه، الطبّ النبوی، ص۲۰۲.

سعادت انسان در سرای دنیا و آخرت در گرو دو چیز است: یقین وعافیت؛ زیرا، تعیین کیفرهای آخرت را از او دور می کند و عافیت، او را از بیماری های روحی و جسمی در دنیا دور می دارد.(۱)

در حدیث دیگری از پیامبر صلی الله علیه و آله آمده است:

«از خداوند گذشت و بهبودی وعافیت طلب کنید؛ زیرا، بعد از یقین چیزی بهتر از عافیت و به کسی داده نشده است».

به گفته ابن قیّم جوزی، این سه چیز متضمن زدودن بدی ها از انسان است. با گذشت بدی های گذشته انسان زدوده می شود، با بهبودی انسان در حال حاضر از گزند و بدی مصون می ماند و با عافیت در آینده از گزند و بدی [و مجازات الهی] در امان می ماند. پس این سه عنصر در بر دارنده مداومت و استمرار عافیت است.(۲)

از ابن عباس نقل شده است که عربی بادیه نشین نزد پیامبر خدا صلی الله علیه و آله آمد و گفت:

در تعقیبات نمازهای پنجگانه، از خداوند چه بخواهم؟ حضرت فرمود: «عافیت بخواه». بادیه نشین دوباره پرسید و حضرت همان پاسخ را داد. بار سوم همین سؤال را پرسید، حضرت فرمود: «عافیت در دنیا و آخرت را از خداوند بخواه».(۳)

رسول خدا صلی الله علیه و آله یاران خود را به تربیت بدنی و سلحشوری بر می انگیخت، برای مثال آن ها را به تیراندازی و سوارکاری تشویق می کرد. ما در فصل هفتم، فصل مربوط به رشد از نگاه حدیث، ضمن سخن از نیازهای رشد به این موضوعاشاره کردیم. عقبه بن عامر می گوید: پیامبر خدا صلی الله علیه و آله بر منبر بود و این آیه را خواند:

«آنچه نیرو دارید در برابر آنان آماده کنید» [و فرمود:] بدانید که مقصود از نیرو تیراندازی است، بدانید که مقصود از نیرو تیراندازی است، بدانید که مقصود از نیرو تیراندازی است».(۴)

۱- ابن قیم الجوزیه، الطب النبوی،، ص۲۰۲.

۲- ابن قیم الجوزیه، الطب النبوی،، ص ۲۰۳.

۳- ابن قیم الجوزیه، الطب النبوی،، ص ۲۰۳.

۴- منذری، ح۱۱۰۲.

بـدین سان، ملاحظه می کنیم که پیامبر خـدا صـلی الله علیه و آله در ساختن انسان و تربیت یارانش به کلیه عوامل تأمین کننده بهداشت و سـلامت روانی و جسـمی که از آنان اشخاصی کامل، نیرومند، فعال، خوش بخت و برخوردار از آرامش روانی می ساخت توجه داشته است.

شاخص های بهداشت وسلامت روانی در پرتو قرآن و حدیث

بر پایه آنچه گفته شد، می توان شاخص های بهداشت و سلامت روانی از نگاه قرآن و حدیث را، به شرح زیر یادآور شد:

۱ - در رابطه فرد با پروردگارش: ایمان داشتن به خداوند یکتا و به کتاب های

آسـمانی و پیامبران و فرشـتگان او و به آخرت و حسابرسی به اعمال بندگان، به قضا و قدر و نزدیک شدن به خداوند متعال از رهگذر عبادات و فرامین او، خلوص در پرهیزگاری، پیروی از دسـتورات الهی و توصیه های پیامبر اکرم و اجتناب از بدی ها و گناهان و هر آنچه خدا و پیامبرش ما را از آن ها نهی کرده اند.

۲ - در رابطه فرد با خودش: خودش را و قابلیت ها و توانایی ها و ارزش خویش را می شـناسد، در زنـدگی به اندازه قابلیت ها و توانـایی هـایش قـدم بر دارد و همواره در جهت تحقق کمـال انسـانی اش، به انـدازه امکانـات و توانـایی هـایی که دارد، می کوشد.

نیازها و انگیزه ها وتمایلات خود را می شـناسد و آن ها را د رحدّ توان و از راه های مشروع ارضا می کند و در ارضای آن ها راه اعتـدال می پویـد و از زیاده روی خودداری می ورزد وآن جا که نمی تواند نیازها وانگیزه ها و تمایلاتش را ارضا کند می تواند آن ها را تحت اختیار خود بگیرد و شـکیبایی ورزد تاآن گاه که شـرایط مناسب ارضای آن ها از راه های مشـروع برایش فراهم آیـد. می توانـد انگیزه هـا و هوس هـا و خواهش هـای خود را که بـا ارزش های دینی و اخلاقی یا ارزش های انسانی و هنجارهای اجتماعی تعارض دارد، کنترل کند.

احساسات و عواطف و هیجان هایی را که در وجودش می گذرد درک می کند و

در بیـان آنچه خـوب و زیبـا و پـذیرفته است احسـاس آزادی و توانـایی می نمایـد و از توانـایی تسـلّط بر آنچه زشت و پست و ناپسند است برخوردار می باشد. برای مثال، خشم خود را فرو می خورد.

اجـازه نمی دهـد که علاـقه اش به هر انسانی یا هر چیزی او را از وظایف و مسؤولیت های دینی و دنیوی اش باز دارد. احساس مسؤولیت می کند. در اداره امور زندگی اش متکی به خود است.اعتماد به نفس دارد، خود باور است و استقلال رأی دارد. در برابر فشارها و مشـکلات زنـدگی از شـکیبایی و قدرت تحمل بالایی برخوردار است. در مبارزه برای چیره آمدن بر مشـکلاتی که در زندگی با آن ها مواجه

می شود بسـیار تواناست و آن دسـته از دشواری های زنـدگی را که نمی تواند بر آن ها چیره آید با صبر و خرسـندی به قضا و قدر الهی می پذیرد و به آنچه خداوند قسمت او کرده است قانع و راضی می باشد.

رفتـارش درست است، نظر خود را بـا صـداقت و شـجاعت اخلاـقی اظهـار می دارد. خوش اخلاق است کار و وظیفه خود را با امانت و اخلاص و مهارت و درستی انجام می دهـد. همواره می خواهـد کارهای سازنده و سودمند انجام دهد و به انجام دادن وظایف و مسؤولیت هایش در زندگی پایبند و متعهد است. به سلامت جسمی و نیروی بدنی خود توجّه دارد.

در رابطه فرد با مردم

رابطه اش با عموم مردم خوب است. با آن ها صـمیمی و با محبت است و مردم نیز با او صـمیمی و با محبت هسـتند. با مردم به خوبی و دوسـتانه رفتـار می کنـد و آمـاده کمـک و یـاری رسـانی به مردم است. همواره در گفتارهـایش با آنان راسـتگو و در رفتارش درسـتکار است. دروغ نمی گوید. خیانت و دغلی نمی کند و کسـی را آزار نمی دهد. نسبت به کسی کینه یا نفرت یا حسادت در دل نمی پروراند. فروتن است و خود را برتر از مردم نمی شمارد و بر آنان بزرگی نمی فروشد. برای انگیزه ها و

احساسات و هیجان ها و عواطف دیگران ارزش قایل است و به نظرات و حقوق آن ها احترام می گذارد. از کسی که به او بدی کند، با آن که می تواند انتقام بگیرد، گذشت می کند. نسبت به جامعه احساس مسؤولیت می کند و همواره در جهت مصلحت و پیشرفت آن می کوشد. میل به از خود گذشتگی دارد و خود خواهی را ناخوش دارد.

رابطه او با خانواده اش، به طور کلّی، رابطه خوبی است. همسرش را دوست می دارد و به او احترام می گذارد و با او خوشرفتار است. فرزندانش را نیز دوست

می دارد و به امور آنان و پرورش و تعلیم و تربیت درست آن ها اهتمام می ورزد. پدر و مادرش را هم دوست دارد و به آن ها احترام می گذارد و خوشرفتاری می کند. به خویشاوندانش رسیدگی می کند، و با همسایه اش به نیکی رفتار می کند.

در رابطه فرد با هستی

جایگاه واقعی خود را در جهان هستی می شناسد و می داند که خداوند بزرگ او را بر دیگر آفریدگانش برتری داده است. از رسالت بزرگ در زندگی به عنوان جانشین خدا در زمین آگاه است و می داند که مسؤولیت های آبادسازی زمین و پیاده کردن آیین خداوند و راه و رسم الهی در زندگی بر دوش اوست. در آیات تکوینی خدا تأمل می کند و به آفریده های او می نگرد و در آن ها به قدرت بی کران الهی بر آفریدن موجودات بدیع پی می برد و زیبایی و استواری و نوآوری را مشاهده می کند. از زندگی در این جهان لذّت می برد، و آنچه در آن است را زیبا می بیند و نسبت به همه آفریدگان خداوند، از جماد و حیوان و گیاه، احساس محبت می کند.

ص:۲۹۸

فصل دهم: روان درمانی در حدیث

اشاره

برخی افراد دستخوش فشارها و تجربه های هیجانی و تعارض روانی زیادی می شوند و در نتیجه، به بیماری روانی دچار می گردند. شخصی را که از بیماری روانی رنج می برد می توان با سه نشانه تشخیص داد:

۱ - ادراک آشفته از خود و دیگران

۲ - رفتار ناسازگار

۳ - احساس بدبختی

شخصی که به بیماری روانی مبتلاست از خودش و واقعیّت، ادراک آشفته و تحریف شده ای دارد و از این رو، رفتارش در نظر مردم ناسازگار و نابهنجار جلوه می کند. او، هم چنین به سبب ابتلا به اضطرابِ ناشی از تعارضات روانی ناهشیار، از آلام روانی و درماندگی احساس رنج می کند. بیماری روانی به ناتوانی بیمار در ابراز نظر و داوری کردن و انجام مسؤولیت هایش به نحو جدّی و کار آمد و برقراری روابط درست و سالم با واقعیت و با مردم منجر می شود.(۱)

۱- محمد عثمان نجاتی، علم النفس فی حیاتنا الیومیه، ص ۳۸۸.

بیماری روانی را می توان حاصل یادگیری نادرستی دانست که بر اثر فشارهای معیّن و شرایط رنج آوری که فرد قبلاً ـ در معرض آن ها بوده رخ داده است. این یادگیری نادرست به اختلال ادراک فرد از خودش و جهان پیرامونش، و به آموختن راه های معیّنی از رفتار نابهنجار در تعامل با واقعیت و با مردم انجامیده است. این امکان وجود دارد که تحت شرایطی سالم و سازگار یادگیری جدیدی صورت بپذیرد، به طوری که فرد از خودش و واقعیت و مردم ادارک درستی به دست آورد، و راههای رفتاری جدیدی را که سازگارتر و رضایت بخش تر باشد فرا گیرد. «روان درمانی» به فعالیّت هدایت شده ای - اساسا مبتنی بر روش های روان شناختی - اطلاق می شود که روان شناس یا روان پزشک برای ایجاد این تغییر در شخصیت و رفتار فرد انجام می دهد تا زندگی او را سعادتمندانه تر و سازنده تر گرداند.(۱)

اسلام برای هدایت و ارشاد انسان و رهانیدن او از جهل و گمراهی و عادت های ناپسند و خلق و خوهای پست آمد و دگرگونی ژرفی در وجود مردم: در عقیده و افکار و عادات و رفتار و اخلاقشان، پدید آورد. اسلام درک و دریافت انسان از خودش را تغییر داد و معنای جدیدی از حیات و از رسالت واقعی او در زندگی به وی بخشید. افکار نادرست و عادت های زشت را تغییر داد و به انسان شیوه نوینی در زندگی و در اندیشیدن و در نگاه به خودش و به مردم و کلّ هستی آموخت. در عرصه رفتار و اخلاق و تعامل اجتماعی نیز روش های تازه ای به او تعلیم داد. هم چنین اسلام بسیاری از ارزش های انسانی و خصلت های مهمّ برای کامیابی در زندگی را که برای تحقق امنیت روانی و سلامت و بهداشت روانی ضروری به شمار می آیند، به او آموخت، چنان که در فصل مربوط به بهداشت روانی در حدیث

توضیح دادیم.

همچنان که در فصل پیش گفتیم، پیامبر صلی الله علیه و آله همواره سعی داشت یارانش را به هر

۱- جولیان روتر، علم النفس الاکلینیکی، ترجمه عطیه محمود هنا، ویراسته محمد عثمان نجاتی، ص۱۳۷.

آنچه بهـداشت و سـلامت جسـمی و روانی آن هـا را تـأمین می کرد، رهنمون شود. هم چنین به درمان بیماری های جسـمی و روانی آن هـا اهتمـام می ورزیـد. در اینجـا، روش هـایی را که آن حضـرت در اصـلاح رفتار یارانش و درمان روانی اختلالات رفتاری آن ها به کار می گرفت بررسی می کنیم:

روان درمانی با ایمان

ایمان به خدای یگانه و پرستش او نه تنها عامل اساسی و مهم در سلامت و بهداشت روانی است بلکه یک عامل اساسی و مهم در درمـان بیماری روانی نیز به شـمار می آیـد؛ زیرا ایمان به خـدای یکتا و نزدیک شـدن به او از طریق عبادات و طاعات و در پیش گرفتن تقـوا و انجـام دادن آنچه مـورد رضـایت خـدا و رسول اوست و دوری کردن از آنچه خـدا و پیـامبرش از آن نهی کرده انـد، جنبه روحی انسان را تقویت می کنـد و انرژی های روحی شـگرفی را که در کلیه کارکردهای بدنی و روانی انسان تأثیر می گذارد، در او آزاد می سازد. این انرژی ها نیروی خارق العاده ای را در

اختیار شـخص می نهد که در جسم و روان او تأثیر زیادی می گذارد و به طوری که می تواند بر بیماری های جسـمی و روانی اش چیره آیـد. دلیل بر میزان تأثیر نیروی روحی و روانی در بدن روایاتی است که کتاب های حدیثی از پیامبر صـلی الله علیه و آله نقل کرده اند

و گفته اند آن حضـرت چند روز پیاپی روزه متصل می گرفت اما یارانش را از این گونه روزه - روزه وصال - نهی می کرد و به آن ها می فرمود: «من همانند شما نیستم، مرا پروردگارم آب و غذا می دهد».(۱)

از این حدیث فهمیده می شود که پیامبر صـلی الله علیه و آله از خداوند متعال غذای روحی دریافت می کرده و این غذا نیروی فوق العاده ای به او می بخشیده است، به طوری که می توانست چند روز پیاپی گرسنگی و تشنگی را تحمل کند بدون آن که جسمش ناتوان یا بیمار شود. این مطلب دلیل آشکاری است بر تأثیر نیروی روحی در بدن.

ص:۳۰۱

۱- الطب النبوی، ص۹۲.

یکی دیگر از دلایل تأثیر انرژی روحی بر بدن و کارکردهای آن سخن پیامبر صلی الله علیه و آله به حنظله اُسیدی، در پاسخ به این گفته اوست که به پیامبر صلی الله علیه و آله عرض کرد:«ای

رسول خدا، وقتی در محضر شما هستیم و شما از دوزخ و بهشت سخن می گویید چنان حالتی به ما دست می دهد که گویا آن ها را می بینیم، و زمانی که از نزد شما می رویم سرگرم زن و فرزند و املاک خود می شویم و خیلی چیزها را از یاد می بریم» و حضرت به او فرمود:

«سوگند به آن که جانم در دست اوست اگر بر آن حالی که نزد من می یابید و بر یاد خدا پیوسته بمانید فرشتگان در بسترهایتان و در کوچه و بازار با شما دست می دهند امّا ای حنظله، آدمی را هر ساعتی حالتی است. حضرت سه بار این جمله را فرمود».(۱)

این حدیث نشان می دهد که نزدیک شدن به خداوند متعال از طریق عبادت و ذکر، حالتی از زلالی و شفافیّت در انسان پدید می آورد و انرژی روحی او را از قید و بندهای بدنی و مادّی آزاد می سازد؛ در این هنگام انسان می تواند اموری را ادارک کند که وقتی سرگرم امور زندگی مادی و دنیوی اش هست از ادراک آن ها عاجز است.

قرآن کریم و پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله در تربیت انسان به تقویت بعد روحی او، از طریق دمیدن ایمان در وجودش، اهتمام ورزیده اند؛ زیرا وقتی ایمان انسان و رابطه او با

پروردگارش قوی شد انرژی روحی او آزاد می شود و نیروی شگرفی در اختیارش می نهد که در جسم و روان او تأثیر عظیمی می گذارد و ضعف یا بیماری او را بهبود می بخشد. نعمان بن بشیر حدیثی از پیامبر صلی الله علیه و آله نقل کرده که در آن آمده است:

«در بدن پاره ای است که اگر آن سالم باشد همه بدن سالم می ماند و اگر آن فاسد شود همه بدن فاسد می شود. آن پاره، دل است».(۲)

۱- شیبانی، ج ۱، ص ۳۲.

۲- نووی، ج ۱، ح ۸/۵۸۹.

بر اساس این حدیث، اصلاح انسان با اصلاح خود از درون، یعنی همان اصلاح دل، آغاز می شود، و راه آن هم ایمان به خدای یکتا و تقرّب به او از طریق تقوا و عبادات و طاعات است. بنابراین، هرگاه دل انسان درست شد و از ایمان به خدای یکتا و عشق به پرستش او آکنده گشت، انسان درست می شود و رفتارش بهنجار و اخلاقش زیبا می گردد.

چنان که پیش تر، در فصل مربوط به بهداشت روانی از نگاه حدیث، گفتیم بهداشت و سلامت روانی، اساسا، متکی بر پایبندی به فطرت الهی، یعنی همان عقیده توحید و پرستش خدای بزرگ و پیمودن راه و روشی است که خداوند برای زندگی انسان تعیین کرده، و پیامبرش با راه و رسم و زندگی خود آن را نشان داده است. مادام که دل انسان با فطرت سلیم و تکمیل شده با شریعت آسمانی مطابقت و موافقت داشته باشد انسان هنجارمند و برخوردار از بهداشت و سلامت روانی خواهد بود اما هرگاه انسان تحت تأثیر عوامل نامناسب محیطی که دل را از فطرت سلیم و مستقیم منحرف می سازند، قرار گیرد، به بیماری دل، یعنی همان بیماری روانی، دچار می شود. حُذَیفه بن یمان از پیامبر خدا صلی الله علیه و آله روایت کرده است که فرمود:

«فتنه ها حصیرگونه دل ها را می پوشانند. هر دلی که آن ها را نپذیرفت نقطه

سفیدی در آن ظاهر می شود و هر دلی که آن ها را پذیرفت نقطه ای سیاه در آن پدید می آید. بدین سان دل ها دو گونه می شوند: یکی سفید و صاف چون سنگ صاف و تا زمین و آسمانی هست هیچ فتنه ای به او گزند نرساند و دیگری سیاه و قیرگون و همانند کوزه واژگون که نه معروفی می شناسد و نه منکری را انکار می کند و تنها در پی هوس خویش است».(۱)

پس، انسانِ هنجارمندِ برخوردارِ از سلامت روانی همان انسان دارای قلب سفید و سالم است که فتنه ها در او کارگر نمی افتند و وی را از فطرت سلیم الهی اش، یعنی

۱- ونسنک، ج۵، ص۴۵۵.

پرستش خدای یگانه، منحرف نمی سازند. اما انسان مبتلا به بیماری روانی دارای قلب سیاه است و فتنه ها در او اثر می کنند و وی را از فطرت سلیمش منحرف می سازند.

بنابراین، ایمان به خدای یگانه و پرستش او، به درستی رفتار می انجامد و موجب پیش گیری از انحراف و نابهنجاری و بیماری روانی و هم چنین درمان آن ها می شود، زیرا مؤمنی که به دین خود پایبند است در کلیه گفتارها و کردارهایش خدا را در نظر دارد و ایمانش او را از انحراف و ناهنجاری حفظ می کند و از بیماری روانی نگاهش می دارد. در حدیثی از پیامبر خدا صلی الله علیه و آله آمده است :

«هیچ دزدی هنگامی که دزدی می کند مؤمن نیست. هیچ زناکاری هنگامی که زنا می کند مؤمن نیست. هیچ شرابخواری در آن حال که شراب می خورد مؤمن نیست. سوگند به آن که جان محمد در دست اوست، هیچ یک از شما هنگامی که شی ء ارزشمندی را که چشم مؤمنان در آن است، غارت می کند مؤمن نیست، و هیچ یک از شما هنگامی که در غنایم خیانت می کند مؤمن نیست؛ پس، زنهار! زنهار!».(۱)

ایمان راستین به خداوند متعال انسان را از این قبیل انحرافات رفتاری نجات

می بخشد.

در حدیث دیگری از رسول گرامی اسلام صلی الله علیه و آله آمده است:

«.. ایمان و حسد در دل هیچ بنده ای با هم جمع نمی شوند».(۲)

پس، دل آکنده از ایمان به خداوند بزرگ نمی تواند به بیماری حسادت ویا دیگر بیماری های روانی دچار گردد.

ایمان به خدا و اخلاص در عبادت او و تکیه و توکل بر او و خرسند بودن به قضا و قدر الهی مؤمن را از اضطراب ناشی از احساس گناه می رهاند و آرامش و امنیّت روانی در او ایجاد می کند.

۱- ونسنک، ج۱، ص۱۱۲.

۲- شیبانی، ج۱، ص۲۲۳، ۲۲۴.

«اَلَّذینَ امَنُوا وَ تَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللّه ِ اَلاَ بِذِكْرِ اللّه ِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ»(۱)

«آنان که ایمان آورده اند و دل هایشان با یاد خدا آرام می گیرد، آگاه باشید که دل ها به یاد خدا آرام می گیرد».

پیامبر خدا صلی الله علیه و آله به کسی که به خدا و دین اسلام و نبوت و پیامبری حضرت محمد صلی الله علیه و آله اعتقاد داشته باشد وعده رفتن به بهشت داده است و این امید رفتن به بهشت، خود، در جان های مؤمنان آرامش و امنیت روانی ایجاد می کند. از ابو سعید خُدری روایت شده است که پیامبر صلی الله علیه و آله فرمود:

«هر کس به پروردگاری خدا و دین اسلام و نبوت محمد رضایت دهد بهشت بر او واجب گردد».(۲)

ایمان به خدای تعالی، پایبندی به تقوا و رفتار درست، احساس امنیت روانی و رضایت و سرور و خوش بختی در انسان بر می انگیزد؛ چرا که خداوند به مؤمنان وعده زندگی خوش در دنیا و پاداش بزرگ در آخرت داده است، و می فرماید: «مَنْ

عَمِلَ صَالِحًا مِنْ ذَكَرٍ اَوْ اُنْثی وَ هُوَ مُؤْمِنٌ فَلَنُحْیِیَنَّهُ حَیوةً طَیِّبَةً وَ لَنَجْزِیَنَّهُمْ اَجْرَهُمْ بِاَحْسَنِ مَا كَانُوا یَعْمَلُونَ»(۳)

«هر کس، از مرد و زن، کار شایسته کند و مؤمن [هم] باشد قطعا او را با زندگی پاکیزه ای، حیات بخشیم، و مسلّما به آنان بهتر از آنچه انجام می دادند پاداش خواهیم داد».

«...لِلَّذینَ اَحْسَنُوا فی هذِهِ الدُّنْیَا حَسَنَةٌ وَ لَدَارُ الْاخِرَهِ خَیْرٌ وَ لَنِعْمَ دَارُ الْمُتَّقینَ»(۴)

«...و برای کسانی که در این دنیا نیکی کردند [پاداش] نیکویی است، و قطعا

سرای آخرت بهتر است، و چه نیکوست سرای پرهیزگاران».

ایمان نداشتن به خدا و عدم پایبندی به تقوا و انجام دادن عبادات و فرو رفتن در لذت های دنیوی و پیروی از هوس ها و خواهش های نفسانی، به زندگی فلاکت بار و

۱- رعد/۲۸.

۲- ناصف، ج۴، ص۳۲۸.

۳- نحل/۹۷.

۴- نحل/۳۰.

احساس بدبختی می انجامد. خداوند در این باره می فرماید:

«وَ مَنْ اَعْرَضَ عَنْ ذِکْری فَاِنَّ لَهُ مَعیشَهً ضَنْکًا وَ نَحْشُرُهُ یَوْمَ الْقِیمَهِ اَعْمی»(۱)

«و هر که از یاد من روی گرداند او را زندگی سختی باشد و روز قیامت کور محشورش کنیم».

از اَنَس بن مالک روایت شده است که رسول خدا صلی الله علیه و آله فرمود:

«هر کس آخرت همّ وغمّ او باشد خداوند دلش را بی نیاز گرداند و پراکندگی اش را به سامان آورد و دنیا، علی رغم میل خود، به او روی آورد، و هر کس دنیا همّ و غمش باشد خداوند فقر را در پیش چشم او نهد و جمعیت خاطرش را از هم بپاشد و از دنیا جز همان اندازه که برایش مقدر شده است به او نرسد».(۲)

روان درمانی با عبادات

اشاره

انجام دادن عباداتی مانند نماز و روزه و حج و زکات که خداوند متعال بر عهده ما نهاده است، نفس را تزکیه و پاک می سازد، و دل را صیقل می دهد و آن را برای دریافت نور و هدایت و حکمت از جانب خداوند آماده می کند.

«اَفَمَنْ شَرَحَ اللّه ُصَدْرَهُ لِلْاِسْلَامِ فَهُوَ عَلی نُورٍ مِنْ رَبِّهِ»(۳)

«آیا کسی که خداوند سینه اش را برای اسلام گشاده و بر نوری از جانب پروردگار خویش است».

انجام دادن عبادات گناهان را پاک می کند، امید به آمرزش و بخشایش الهی را در انسان بر می انگیزد، آرزوی رفتن به بهشت را در او تقویت می کند. و احساس آرامش و امنیت را در روان او به وجود می آورد. از حُذَیفه بن یَمان روایت شده است که پیامبر خدا صلی الله علیه و آله فرمود:

ص:۳۰۶

۱- طه/۱۲۴.

۲- ترمذی، ج۹، ص۲۸۸.

۳- زمر/۲۲.

«گناهانی که مرد در رابطه با همسرش و اموالش و فرزندش و خودش و همسایه اش مرتکب می شود به وسیله روزه و نماز و صدقه [یا: زکات] و امر به معروف و نهی از منکر کردن زدوده می شود».(۱)

در روایتی دیگر آمده است که مردی نزد پیامبر صلی الله علیه و آله آمد و گفت:

«مرا به عملی راهنمایی فرماید که هرگاه آن را انجام دهم به بهشت روم. حضرت فرمود: خدا را می پرستی و چیزی را شریک او نمی گردانی، نماز واجب را به جا می آوری، زکات واجب را می پردازی و روزه ماه رمضان را می گیری... مرد گفت: سوگند به آن که جانم در دست اوست بیش از این ها کاری انجام نخواهم داد. چون رفت، پیامبر صلی الله علیه و آله فرمود: هر که دوست دارد به مردی از اهل بهشت بنگرد به این مرد بنگرد».(۲)

در حدیثی دیگر از آن حضرت آمده است:

«هر کس به خدا و پیامبرش ایمان آورد و نماز بخواند و رمضان روزه بگیرد بر خداست که او را به بهشت برد، چه در راه خدا جهاد کند یا در سرزمینی که در آن جا به دنیا آمده است بنشیند...».(۳)

از ابو درداء روایت شده است که پیامبر خدا صلی الله علیه و آله فرمود:

«پنج چیز است که هر کس بر آن ها پایداری ورزد و ایمان هم داشته باشد به بهشت رود: کسی که نمازهای پنجگانه را با وضو و رکوع و سجودشان و در اوقات خودشان به جا آورد، رمضان روزه بگیرد، حج خانه خدا را، در صورت استطاعت، به جا آورد، زکات را با رضایت خاطر بپردازد و امانت را ادا کند. از ابو درداء پرسیدند: ای ابو درداء، منظور از امانت چیست؟ گفت: غسل جنابت».(۴)

خلوص در عبادت، بنده را به خدایش نزدیک می سازد و باعث می شود که

۱- ونسنک، ج۵، ص۶۲.

۲- ناصف، ج۱، ص۴.

۳- ناصف، ج۴، ص۳۲۶.

۴- ابو داود، ج۱۱، ح۴۲۹.

محبت و خشنودی او را به دست آورد و هرگاه خداوند بنده ای را دوست داشته باشد او را مورد عنایت و حمایت خود قرار می دهد و در همه کارهایش او را کمک می کند. در حدیثی از پیامبر صلی الله علیه و آله آمده است:

«خدای تعالی فرمود: هر کس با دوست من دشمنی کند به او اعلان جنگ دهم، بنده ام به چیزی که نزد من محبوب تر از واجبات باشد به من نزدیک نشود. بنده ام به وسیله نمازهای مستحب پیوسته به من نزدیک گردد تا جایی که دوستدار او شوم و چون دوستدارش شدم گوش او شوم که با آن می شنود، چشم او که با آن می بیند، دست او که با آن کار می کند و پای او که با آن راه می رود. اگر از من بخواهد عطایش کنم و اگر از من پناه خواهد پناهش دهم».(۱)

این احادیث بیانگر آن است که ایمان به خداوند بزرگ و نزدیک شدن به او از رهگذر عبادات و تمسّک به تقوا انسان را تحت عنایت و حمایت خدا در می آورد و امید دستیابی به آمرزش الهی و نیل به بهشت را در او زنده می کند. این، خود، اضطراب ناشی از احساس گناه را از بین می برد و به روان انسان احساس آرامش و امنیت می دهد.

انجام دادن عبادات بسیاری از خصلت های نیک را به انسان می آموزد، خصلت هایی چون شکیبایی و تحمّل سختی ها، مبارزه با نفس و تسلّط بر هوس ها و خواهش های آن، فرمانبرداری، و نظم، مردم دوستی و نیک کردن به آن ها و کمک به نیازمندان، همکاری و همبستگی اجتماعی و دیگر خصلت هایی که از شاخص های مهمّ سلامت و بهداشت روان محسوب می شوند.

الف – روان درمانی با نماز

نماز تأثیر شگرفی در درمان نگرانی و اضطراب انسان دارد؛ زیرا، ایستادن در برابر پروردگار با حالت خشوع و فرمانبری و فارغ از مشغله ها و مشکلات زندگی،

۱- نَوَوی، ج۱، ص۱۲۹، ح ۹۹/۱.

آرامش و اطمینان را در روان انسان بر می انگیزد و به اضطراب و تنش عصبی که بر اثر فشارها و مشکلات زندگی به وجود آمده است، پایان می دهد.(۱) پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله هرگاه مسأله مهمّی برایش پیش می آمد به نماز پناه می برد. حُذَیفه می گوید: «پیامبر صلی الله علیه و آله هرگاه مشکلی برایش پیش می آمد نماز می خواند».(۲) یا وقت نماز که می شد به بلال می فرمود:

«ای بلال، با نماز ما را آسوده گردان».(۳)

این حدیث و حدیث پیش گفته حذیفه به اهمیّت نماز در ایجاد آرامش و سکون روانی اشاره دارند، بنابراین، نماز تأثیر درمان مهمّی در رهایی از نگرانی و اضطراب دارد. خداوند متعال به ما دستور داده است که هرگاه مشکلات ما را احاطه کند و غم ها و نگرانی ها بر ما فشار آورد از نماز کمک بگیریم:

«وَ اسْتَعینُوا بِاص لصَّبْرِ وَ الصَّلوهِ».(۴)

«و از صبر و نماز کمک بگیرید».

ارتباط انسان با پروردگارش در هنگام نماز نیروی روحی فوق العاده ای به انسان می بخشد. این نیروی روحی تأثیر زیادی در ایجاد تغییرات مهم در بدن و روان انسان می گذارد: تنش های او را از بین می برد، ضعفش را برطرف می کند و بیماری هایش را بهبود می بخشد. برخی از پزشکان از شفای سریع برخی بیماران در اماکن حج و عبادات یاد کرده اند.(۵)

ابوهریره می گوید که از دردی در معده اش رنج می برد. پیامبر صلی الله علیه و آله به او نگاهی

کرد و فرمود:«شکمت درد می کند؟». عرض کردم: بله، یا رسول اللّه. فرمود:«برخیز

۱- القرآن و علم النفس، ص ۲۷۲ - ۹۶۴.

۲- ابو داود، ج۲، ح۱۳۱۹.

۳- مسند، احمد، ج۵، ص۳۶۴ - ۳۷۱.

۴- بقره/۴۵.

۵- الکسیس کاریل، الانسان ذلک المجهول انسان، موجود ناشناخته، ص ۱۷۰ - ۱۷۱.

ونماز بخوان؛ زیرا نماز شفابخش است».(۱)

این حدیث به تأثیر نماز در بهبود بیماری های جسمی اشاره دارد. انرژی روحی که نماز آزاد می کند در روان نیز تأثیر دارد: امید را در شخص بر می انگیزد، عزم و اراده را تقویت می کند، همّت را بلندی می بخشد و توانایی های شگرفی در روان آزاد می سازد که آن را برای پذیرش علم و معرفت وحکمت آماده تر و در انجام دادن کارهای قهرمانانه تواناتر می گرداند.(۲)

نماز، در درمان احساس گناه که، خود، سبب اضطراب می شود و اضطراب منشأ بیماری روانی به شمار می آید. تأثیر مهمی دارد؛ چرا که نماز باعث آمرزش گناهان می شود، روان را از آلودگی خطاها پاک می گرداند، و امید به آمرزش الهی را در آن برمی انگیزد. در حدیثی از پیامبر خدا صلی الله علیه و آله آمده است:

«به نظر شما اگر جوی آبی از جلو خانه یکی از شما بگذرد و آن شخص روزی پنج مرتبه خود را در آن شستشو دهد دیگر چرکی بر بدنش باقی می ماند؟ عرض کردند :هیچ چرکی بر بدنش نمی ماند.

حضرت فرمود: نمازهای پنجگانه هم چنین اند. خداوند به وسیله آن ها گناهان را پاک می کند».(۳)

در حدیثی دیگر آمده است:

«کسی که وضو گیرد و نیکو وضو گیرد گناهان از بدنش، حتی از زیر ناخنهایش خارج می شوند».(۴)

در حدیثی دیگر آمده است:

«هرگاه بنده مسلمان یا مؤمن شروع به گرفتن وضو کند؛ صورتش را که شست تمام گناهانی که با چشمش مرتکب شده است همراه با آب یا با آخرین قطره آب از

۱- ابن ماجه، ج۲، ح۳۴۵۸.
۲- محمد عثمان نجاتی، قرآن و روان شناسی، ص ۲۶۹.
۳- ناصف، ج۱، ص۱۳۴.
۴- نَوَوی، ج۲، ح۳/۱۰۶۲.

صورتش خارج شود. دستانش را که شست هر گناهی که با دستانش مرتکب شده است همراه با آب یا با آخرین قطره آب از دست هایش خارج شود. پاهایش را که شست هر گناهی که با پاهایش مرتکب شده است همراه با آب یا با آخرین قطره آب خارج شود و از گناهان به کلی پاک گردد».(1)

در حدیثی دیگر آمده است:

«هیچ بنده ای نیست که گناهی مرتکب شود و وضویی نیکو بگیرد و برخیزد و دو رکعت نماز بخواند سپس از خدا آمرزش بطلبد مگر آن که آمرزیده شود. سپس این آیه را خواند:

«و کسانی که هرگاه کاری زشت کنند یا به خود ستم نمایند خدا را یاد کنند...».(2)

در حدیثی دیگر آمده است :

«نمازهای پنجگانه و نماز جمعه تا جمعه گناهانی را که در این فاصله صورت پذیرفته اند پاک می کند مادام که گناهان کبیره را مرتکب نشده باشد».(3)

در حدیثی دیگر آمده است:

«اگر مرد مسلمانی وقت نماز واجب نیکو وضو گیرد و نمازش را با خشوع و رکوعی نیکو به جا آورد، گناهانش قبل از آن آمرزیده شود، مگر آن که گناه کبیره ای مرتکب شده باشد. این تمام عمر را در بر می گیرد».(4)

ابو قتاده از پیامبر صلی الله علیه و آله روایت کرده است که فرمود: «خداوند عزّوجل فرمود: من بر امت تو پنج نماز واجب کردم و با خود عهد بستم که هر کس آن ها را به وقتشان انجام دهد او را به بهشت برم و هر کس بر خواندنِ به موقع آن ها مواظبت نکند نسبت به او تعهدی ندارم».(5)

۱- المنذری، ح ۱۲۱.

۲- ابو داود،ج۲، ح ۱۵۲۱.

۳- ناصف، ج۱، ص۱۳۵.

۴- ناصف، ج۱، ص۱۳۵.

۵- ناصف، ج۱، ص۱۳۴.

و احادیث بسیار دیگری از این قبیل که در آن ها، پیامبر خدا صلی الله علیه و آله اوقات خاصّی را مشخص کرده است که نماز خوانـدن در آن اوقات موجب آمرزش گناهان و رفتن به بهشت می شود؛ از جمله: پیش از طلوع آفتاب (فجر)، پیش از غروب آفتاب

(عصر)، نیمروز، جمعه، شب قدر، شب های رمضان، و شب نیمه شعبان.

پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله به یارانش می آموخت که برای برآورده شدن حاجت، حل مشکلات و رفع گرفتاریهایی که با آن ها مواجه می شونـد و برای رسیدن به گزینه درست در مواردی که شخص در انتخاب راه درست متحیّر می مانـد، از نماز کمک بگیرند (نماز حاجت، نماز باران، نماز استخاره).

پیامبر صلی الله علیه و آله عمویش عبّاس را به خواندن نماز تسابیح سفارش فرمود و تأثیر بزرگ آن در آمرزش همه گناهان را به او یادآور شد. از ابن عبّاس روایت شده است که پیامبر خدا صلی الله علیه و آله به عبّاس بن عبدالمطّلب فرمود:

«ای عباس، ای عموجان، نمی خواهی چیزی به تو عطا کنم؟ نمی خواهی به تو بخششی کنم؟ نمی خواهی به تو هـدیه ای دهم؟ آیا ده کار با تونکنم که هرگاه آن ها را انجام دهی خداونـد گناهان تو را، اول و آخرش، قدیم و جدیـدش، خطا و عَمدش، کوچک و بزرگش و نهان و آشکارش را بیامرزد».(۱)

پیامبر، سپس، نحوه خوانـدن نماز تسابیح را برایش توضیح داد و او را تشویق کرد که هر انـدازه توانست آنرا بخوانـد: در هر روز، یا هر جمعه، یا هر ماه، یا هر سال، یا در تمام عمر یک بار هم که شـده آن را بخوانـد. در حدیثی دیگر آمـده است که پیامبر صلی الله علیه و آله درباره نماز تسابیح فرمود:

«اگر گنهکارترین مردم روی زمین باشی با این نماز گناهانت بخشوده می شود».(۲)

به هر حال، نماز آثار بزرگ و فراوانی دارد: به روان آدمی آرامش و طمأنینه می بخشـد. انسان را از احساس گناه می رهانـد، ترس و اضطراب را از بین می برد،

۱- ابو داود، ج۲، ح ۱۲۹۷.

۲- ابو داود، ج۲، ح۱۲۹۸.

انرژی روحی شگرفی در اختیار انسان می گذارد که به بهبود بیماری های جسمی و روانی اش کمک می کند و سرزندگی و نشاط و توانایی زیادی به او می دهد به طوری

که می تواند دست به کارهای بزرگ بزند، و نماز دل را نورانی و آن را برای دریافت نفحات الهی آماده می سازد.

ب - روان درمانی با روزه

روزه، فایده های بزرگ بسیاری دارد، از جمله این که اراده را تقویت می کند، و قدرت تسلّط بر خواهش ها و هوس های نفس را در انسان افزایش می دهد. خداوند متعال می فرماید:

«یَاءَیُّهَا الَّذینَ امَنُواکُتِبَ عَلَیْکُمُ الصِّیَامُ کَمَا کُتِبَ عَلَی الَّذینَ مِنْ قَبْلِکُمْ لَعَلَّکُمْ تَتَّقُونَ»(۱)

«ای کسانی که ایمان آورده اید روزه بر شما نوشته شده است چنان که بر مردمان پیش از شما نوشته شده بود، باشد که پرهیزگار شوید».

یعنی، نسبت به گناهان پرهیزگار شوید؛ چه، روزه شهوت را، که منشأ گناهان است، در هم می شکند.(۲)

در حدیثی از رسول گرامی اسلام آمده است:

«خداوند عزّوجل فرمود: هر عمل آدمی از آنِ اوست مگر روزه که مال من است و من خودم پاداشش را می دهم. روزه سپر است. پس، هرگاه یکی از شما روزه داشت، از ناسزاگویی و جار و جنجال پرهیز کند و اگر کسی او را دشنام داد یا با او جنگید، بگوید: من روزه ام...».(۳)

و در روایت بخاری آمده است: «به خاطر من ترک خوردن و آشامیدن و شهوت کند. روزه متعلّق به من است و من، خود، پاداش آن را می دهم و کار نیک را ده برابر

۱- بقره/۱۸۳.

۲- تفسیر الجلالین، ص۲۵.

۳- نَوَوی، ج۲، ح۱/۱۲۱۶.

پاداش می دهم».(۱)

بنـابراین، روزه یـک سپر است؛ یعنی موجب نگهـداری از شـهوات می شود. روزه دار بر شـهوات و خواست هایش فرمانروایی دارد: آب و غـذا نمی خورد، از فعالیت جنسـی خودداری می ورزد، رفتارش را کنترل می کنـد، ناسـزاگویی نمی کنـد، جار و جنجال راه نمی انـدازد، دشـنام نمی دهـد، و به کاری که خشم خـدا را بر می انگیزد دست نمی زنـد، روزه داری نوعی تمرین تسلط بر انگیزه ها و هیجان هاست و اراده را در مبارزه با هوس ها و خواست های نفس تقویت می کند. پیامبر اکرم صـلی الله علیه و آله جوانانی را که نمی توانسـتند ازدواج کنند به روزه گرفتن توصیه می کرد تا به کمک آن انگیزه جنسی خود را مهار کنند. در فصل اوّل، در ضمن سخن از تسلّط برانگیزه جنسی، در این باره توضیح دادیم.

روزه داری، تمرینی است برای تحمّـِل محرومیت و شـکیبایی بر آن و این، خود، او را آمـاده می سـازد تـا انواع محرومیت های گوناگون را که ممکن است در زنـدگی برایش پیش آید تحمّل کند. احساس محرومیتی که به روزه دار دست می دهد باعث می شود دردهـای محرومیت را که فقرا و مسـتمندان از آن رنـج می برنـد احسـاس کنـد و همین او را به همـدردی بـا آن ها و دسـتگیری از ایشان و کمک به نیازمندانشان وا می دارد. بدین ترتیب، ارتباطش با مردم بیش تر و احساس تعلّق به جماعت در او تقویت می شود و احساس مسؤولیت اجتماعی بیش تری می کند.

این هـا، همه، این احسـاس را در شـخص به وجود می آورد که عضو مفیـدی برای جامعه است و در نتیجه، احساس رضایت و آسودگی روانی در او پدید می آید.

روزه، درمـان مؤثری برای احساس گناه و اضـطراب ناشـی از آن است، چرا که پیامبر خـدا صـلی الله علیه و آله پاداش روزه را آمرزش گناهان و دستیابی به بهشت معرفی کرده و فرموده است:

«هر کس از روی ایمان و برای رضای خدا ماه رمضان را روزه بگیرد گناهان

۱- نَوَوی، ج۲، ح۱/۱۲۱۶.

گذشته اش آمرزیده شود».(۱)

در حدیث دیگری که ابو سعید خُدری آن را از پیامبر صلی الله علیه و آله روایت کرده آمده است:

«هیچ بنده ای نیست که یک روز در راه خدا روزه بگیرد مگر این که خداوند به ازای آن روز چهره او را [به مسافت] هفتاد سال [راه] از آتش دور می سازد».(۲)

نضربن شیبان نیز از پدرش نقل کرده است که پیامبر خدا صلی الله علیه و آله فرمود:

«خداوند تبارک و تعالی روزه رمضان را بر شما واجب و شب زنده داری در این ماه را برایتان مستحب قرار داد، پس، هر کس از روی ایمان و برای رضای خدا در این ماه روزه بگیرد و شب زنده داری کند گناهانش پاک شود همانند روزی که از مادرش متولد شده است».(۳)

در برخی احادیث، ایام خاصّی مشخص شده است که روزه گرفتن در آن ها آمرزش گناهان را در پی دارد. از جمله روز عرفه که روزه گرفتن در این روز گناهان سال قبل و بعد از آن را می آمرزد.(۴) دیگری، شش روز از ماه شوال است که هر کس در این روزها روزه بگیرد چنان است که همه عمرش را روزه گرفته باشد،(۵) وهم چنین است کسی که سه روز از هر ماه را روزه بگیرد.(۶)

ج – روان درمانی با حج

حجّ به مردم می آموزد که در برابر سختی ها صبور و بردبار باشند، و به آن ها تمرین مبارزه با نفس و تسلّط بر خواهش ها و هوس های آن می دهد، چرا که انسان

۱- ناصف، ج۲، ص۴۸.

۲- نَوَوی، ج۲، ص۸۶۸، ح ۴/۱۲۲۰.

۳- نَوَوی، ج۲، ص ۴۶.

۴- نَوَوی، ج۲، ص ۹۵.

۵- ابو داود، ج۲، ح ۲۴۳۳.

۶- شیبانی، ج۲، ص ۳۳۰.

در حال حج گزاردن با زنان مباشرت نمی کند، مشاجره و فحّاشی نمی کند، کسی را نمی آزارد و کاری که خداوند را به خشم می آورد انجام نمی دهد، حج بیماری هایی چون کبر و غرور و خودپسندی و برتری جویی بر مردم را درمان می کند؛ چرا که در حج همه مردم یکسانند، همگی جامه های یکدست می پوشند، فرقی میان دارا و نادار و شاه و گدا نیست.احساس برابری در میان آنان حاکم است، همگی در خانه خدا باحالتی از خشوع و زاری می ایستند و به ضعف و عجز و عبودیت خویش نسبت به خداوند یکتا اعتراف می کنند و چشم امید به عفو و آمرزش او می دوزند.

در این مکان آکنده از روحانیت و معنویت و احساسات سرشار عاطفی، رابطه انسان با پروردگارش افزایش می یابد و نزدیکی اش به او بیش تر می شود و در نتیجه، انسان از حالت های عرفانی و نفحات روحانی سرشار می شود و این حالات وجود او را از شادی و خوشبختی می آکند.

در حج، انسان از نفرت یا کینه یا حسادت نسبت به مردم رهایی می یابد و پیوندهای دوستی و محبت و برادری نسبت به برادران حج گزارش، خصوصا آحاد مردم، عموما، در او تقویت می شود.

حج احساس گناه را درمان می کند، زیرا حج گزار می داند که پیامبر صلی الله علیه و آله ثواب حج پذیرفته شده را آمرزش گناهان معرفی کرده است، آن جا که می فرماید:

«از عمره تا عمره کفّاره گناهانی است که در فاصله آن دو صورت گرفته است و حج پذیرفته شده پاداشی جز بهشت ندارد».(۱)

در حدیثی دیگر از آن بزرگوار آمده است:

«هر کس برای خدا حج بگزارد و [در حین حجّ گزاری] آمیزش و نافرمانی نکند

چون از حج باز گردد همانند روزی باشد که از مادرش متولد شده است».(۲)

در حدیث دیگری از عبداللّه بن مسعود آمده است که رسول خدا صلی الله علیه و آله فرمود:

۱- ناصف، ج۲، ص۱۰۶.

۲- ناصف، ج۲، ص۱۰۶.

«حج و عمره را پیاپی انجام دهید؛ زیرا، این دو، فقر و گناهان را از بین می برند چنان که کوره آهنگری ناخالصی های آهن و طلا و نقره را از بین می برد و پاداش حج پذیرفته چیزی جز بهشت نیست».(۱)

حج گزار، امیدوار است که خداوند حجّ او را بپذیرد و دعایش را مستجاب کند و گناهانش را بیامرزد. بنابراین، در حالی از حج باز می گردد که از احساس گناه و رنج های اضطراب خلاصی یافته و غرق در احساس آرامش و طمأنینه و شادمانی و مسرّت و سعادت است.

روان درمانی با ذکر و یاد خدا

مداومت بر عبادت خداوند، یاد او در هر زمان، درخواست آمرزش و بخشش از او و دعا به درگاهش، آدمی را به پروردگارش نزدیک می سازد و این احساس را در او به وجود می آورد که تحت حمایت و مراقبت خداوند بزرگ قرار دارد. عبادت امید به آمرزش و بخشایش را در انسان تقویت می کند و احساس خشنودی و آسایش خاطر را در روانش بر می انگیزد. خداوند متعال فرموده است:

«اَلَّذینَ امَنُوا وَ تَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِکْرِ اللّه ِ اَلاَ بِذِکْرِ اللّه ِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ»(۲)

«کسانی که ایمان آوردند و دل هایشان به یاد خدا آرام گرفت؛ بدانید که با یاد خدا دل ها آرام می گیرد».

«...وَ اذْکُرُوا اللّه َ کَثیرًا لَعَلَّکُمْ تُفْلِحُونَ»(۳)

«... و خدا را بسیار یاد کنید باشد که رستگار شوید».

«فَاص ذْکُرُونی اَذْکُرْکُمْ»(۴)

«پس، به یاد من باشید تا به یاد شما باشم».

۱- ناصف، ج۲، ص ۱۰۷.

۲- رعد/۲۸.

۳- جمعه/۱۰.

۴- بقره/۱۵۲.

پیامبر گرامی اسلام صلی الله علیه و آله نیز به اهمیت ذکر و یاد خداوند بزرگ در ایجاد آرامش در روان آدمی اشاره کرده است. برای مثال، در حدیثی از آن حضرت آمده است:

«هرگاه عده ای بنشینند و به ذکر خدا پردازند فرشتگان آنان را در میان گیرند، رحمت [خداوند] آنان را در برگیرد. آرامش برایشان فرود آید و خداوند از آنان در نزد کسانی که نزد او هستند یاد می کند».(۱)

در حدیثی از رسول خدا صلی الله علیه و آله آمده است:

«خداوند بزرگ می فرماید: من چنانم که بنده ام به من گمان می برد و هرگاه او از من یاد کند من با او هستم. اگر مرا در دلش یاد کند من هم در دلم از او یاد می کنم.اگر

در میان جمع از من یاد کند من در جمعی بهتر از آنان از او یاد می کنم. اگر یک وجب به من نزدیک شود من یک گز به او نزدیک می شوم. اگر یک گز نزدیک شود من یک باز به او نزدیک می شوم. اگر قدم زنان نزد من آید من دوان نزد او روم».(۲)

یاد خداوند بزرگ به نفس زندگی و حیات می بخشد، امید به آمرزش و خشنودی الهی را در او تقویت می کند و احساس خوشی و سعادت در او پدید می آورد. در حدیثی از پیامبر خدا صلی الله علیه و آله که ابو موسی اشعری آن را روایت کرده، آمده است:

«مَثَل کسی که خدایش را یاد می کند و آن که او را یاد نمی کند مَثَل شخص زنده و

مرده است».(۳)

در روایت دیگری از این حدیث چنین آمده است:

«مَثَل خانه ای که در آن خداوند یاد می شود و خانه ای که در آن خداوند یاد نمی شود مَثَل شخص زنده و مرده است».(۴)

ذکر خداوند و تسبیح و تنزیه او مقام و درجات بنده را در نزد پروردگارش بالا می برد، بر خوبی های او می افزاید، گناهانش را می آمرزد و او را از احساس گناه که

۱- نَوَوی، ج۲، ح ۲/۱۴۴۹.

۲- شیبانی، ج۲، ص۱۰۵.

۳- نَوَوی، ج۲، ح۲۷/۱۴۳۵.

۴- نَوَوی، ج۲، ح ۲۷/۱۴۳۵.

سبب اندوه و اضطراب می شود، می رهاند. سعد بن ابی وقّاص می گوید که در خدمت رسول خدا صلی الله علیه و آله بودیم و آن حضرت چنین فرمود:

«آیا هر یک از شما عاجز است از این که روزی هزار ثواب کسب کند؟ یکی از حاضران در جلسه پرسید: چگونه هزار ثواب کسب کند؟ فرمود: صد تسبیح می گوید و به ازای آن هزار ثواب برایش نوشته یا هزار گناه از او زدوده می شود».(۱)

در حدیثی دیگر از آن حضرت آمده است که فرمود:

«خدای تعالی را فرشتگانی است که در کوچه و گذر می گردند واهل ذکر را جستجو می کنند و هرگاه عده ای را مشغول ذکر خدا یافتند صدا می زنند: بیایید حاجت هایتان را بستانید. سپس آنان را تا آسمان زیرین زیر بال و پر خود می گیرند. خداوند - که خود به هر چیز داناتر است - می پرسد: بندگان من چه می گویند؟ فرشتگان پاسخ می دهند: تو را به پاکی و بزرگی می ستایند و حمد و تمجید تو می گویند. خداوند می فرماید: آیا مرا دیده اند؟ فرشتگاه می گویند، نه به خدا، تو را

ندیده اند. خداوند می فرماید: اگر مرا دیده بودند چه می کردند؟ فرشتگان می گویند: اگر تو را دیده بودند بیش تر عبادت و تمجید و تسبیح می کردند. خداوند می فرماید:

چه می خواهند؟ فرشتگان می گویند: بهشت را از تو درخواست دارند. خداوند می فرماید: آیا آن را دیده اند؟ فرشتگان می گویند: نه به خدا، ای پروردگار، آن را ندیده اند. خداوند می فرماید: اگر آن را دیده بودند چه می شد؟ فرشتگان می گویند: اگر دیده بودند به آن حریص تر و طالب تر و راغب تر می شدند. خداوند می فرماید: از چه چیز به من پناه می آورند؟ فرشتگان می گویند: از آتش [دوزخ] پناه می خواهند. خداوند می فرماید: آیا آن را دیده اند؟ فرشتگان می گویند: نه به خدا، آن را ندیده اند. خداوند می فرماید: اگر آن رادیده بودند چه می کردند؟ فرشتگان می گویند: اگر دیده بودند بیش تر از آن گریزان و ترسان می شدند. پس، خداوند می فرماید: شاهد باشید که آنان را آمرزیدم. فرشته ای از فرشتگان می گوید: فلان

۱- نَوَوی، ج۲، ح ۲۴/۱۴۳۲.

شخص هم در میان آن هاست و او از این طایفه نیست بلکه برای حاجتی آمـده است. خداوند می فرماید: آنان هم نشـین اند و هم نشین ایشان محروم نمی شود».(۱)

پیامبر صـلی الله علیه و آله اذکار و تسبیحات زیادی به یارانش می آموخت و ارزش و تأثیر فوق العاده آن ها در کسب ثواب و زدودن گناهـان و نیـل بـه آمرزش الهی و ورود بـه بهشـت را به آنـان یـادآور می شـد. بنـابراین، یـاد خـدا و سـتایش او بـا این تسبیحاتی که رسول گرامی اسـلام صـلی الله علیه و آله آن ها را توصـیه می کرد شـفای احساس گناه و اضـطراب ناشـی از آن است.

پیامبر خدا صلی الله علیه و آله فرمود :

«هر کس بعـد از پایان هر نماز سی و سه مرتبه «سـبحان اللّه» و سـی وسه مرتبه «الحمدللّه» و سـی وسه مرتبه«اللّه اکبر» بگوید و صـدمین را بگویـد: لا اله الاّاللّه وحده لا شـریک له، له الملک وله الحمد، و هو علی کلّ شـی ء قدیر، گناهانش آمرزیده شود اگر چه به اندازه کف دریا باشد».(۲)

در حدیثی دیگر از آن بزرگوار آمده است:

«هر کس در روز صـد مرتبه بگویـد: «لا اله الاّ اللّه وحـده لا شـریک له له الملک وله الحمد و هوعلی کلّ شـی ء قدیر» برایش معادل با آزاد کردن ده برده باشـد، صـد ثواب برایش نوشـته و صد گناه از او زدوده شود و آن روز تا شب از شـیطان حفظش کنـد و عمـل هیـچ کس برتر از او نباشـد مگر کسـی کـه بیش تر از او [ایـن ذکر را] گفتـه باشـد. و هرکس در روز صـد مرتبه بگوید: «سبحان اللّه و بحمده» گناهانش فرو ریزد اگر چه به اندازه کف دریا باشد».(۳)

از تمیم داری روایت شده است که پیامبر خدا صلی الله علیه و آله فرمود:

«هر کس ده بار بگوید: «اشهد ان لا اله الاّ اللّه وحده لا شریک له الها واحدا احدا

۱- نَوَوی، ج۲، ح۱/۱۴۴۸.
۲- نَوَوی، ج۲، ح ۱۲/۱۴۲۰.
۳- ناصف، ج۵، ص۸۷.

صمدا لم یتّخذ صاحبه ولا ولدا ولم یکن له کفوا احد» خداوند برایش چهل هزار ثواب بنویسد».(۱)

از علی علیه السلام نیز روایت شده که فرمود: پیامبر خدا صلی الله علیه و آله به من فرمود:

«آیا کلماتی را به تو نیاموزم که هرگاه آن ها را بگویی خداوند تو را بیامرزد اگر چه آمرزیده باشی. بگو: لا اله الا اللّه العلیُّ العظیم، لا اله الاّ الحلیم الکریم، لا اله الاّ اللّه سبحان اللّه ربّ العرش العظیم، الحمد للّه ربّ العالمین».(۲)

از عباده بن صامت نیز روایت شده که رسول خدا صلی الله علیه و آله فرمود:

«هر کس شب هنگام چون از خواب بیدار شود بگوید: لا اله الاّ اللّه وحده لا شریک له، له الملك و له الحمد و هو علی کلّ شی ء قدیر، الحمد للّه و سبحان اللّه و

اللّه اکبر و لاحول ولا قوّه الاّ باللّه، سپس بگوید: خدایامرا بیامرز، یا دعا کند، دعایش

مستجاب شود و اگر وضو بگیرد و نماز بخواند، نمازش پذیرفته گردد».(۳)

پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله دعاها و اذکار بسیاری به یارانش تعلیم می داد. این دعاها و اذکار بر ارتباط بنده با خدایش و قرب او به حق تعالی می افزاید و باعث می شود که همواره به یاد خدا باشد، در هر زمان عظمت و شکوه پروردگارش را احساس کند و پیوسته به رحمت و آمرزش و توفیق دهی او در امور زندگی اش و رفع نیازهایش امیدوار باشد. در نتیجه، روانش آکنده از رضایت و مسرّت می شود و احساس آرامش و امنیّت روانی وجودش را فرا می گیرد.

روان درمانی با قرآن

بهترین نوع ذکر، تلاوت قرآن است؛ زیرا خواندن قرآن تأثیر شگرفی در تصفیه دل و بهبود روان دارد. خداوند متعال می فرماید:

۱- ناصف، ج۵، ص۹۱.

۲- ناصف، ج۵، ص۹۱.

۳- شیبانی، ج۲، ص۳۰۱ - ۳۰۲.

«وَ نُنَزِّلُ مِنَ الْقُرْ انِ مَا هُوَ شِفَاءٌ وَ رَحْمَهٌ لِلْمُؤْمِنینَ»(۱)

«ما از قرآن چیزی فرو می فرستیم که مؤمنان را بهبود است و مِهر».

«یَاءَیُّهَا النَّاسُ قَدْ جَاءَتْکُم مَوْعِظَهٌ مِنْ رَبِّکُمْ وَشِفَاءٌ لِمَا فِی الصُّدُورِ وَ هُدًی وَ رَحْمَهٌ لِلْمُؤْمِنینَ»(۲)

«ای مردم، برای شما اندرزی از پروردگارتان آمد و بهبودی برای آنچه در سینه هاست و راهنمودی و مهری برای گرویدگان».

«قُلْ هُوَ لِلَّذینَ امَنُوا هُدًی وَ شِفَاءٌ»(۳)

«بگو: آن برای کسانی که ایمان آورده اند راهنمایی و بهبودی است».

زمانی که انسان با اخلاص و توجه کامل به خداوند متعال قرآن می خواند،

آرامش وجودش را فرا می گیرد و فرشتگان او را از هر سو در میان می گیرند و غرق در رحمت خداوند می شود».

در حدیثی از پیامبر صلی الله علیه و آله آمده است:

«هرگاه عده ای در خانه ای از خانه های خدا گرد آیند و به تلاوت کتاب خدا بپردازند و درباره آن با هم گفتگو کنند، آرامش بر آنان فرود آید، رحمت فرایشان گیرد، فرشتگان آن ها را در میان گیرند و خداوند در میان کسانی که نزد اویند از آنان

یاد کند».(۴)

تلاوت قرآن باعث آمرزش گناهان و مضاعف شدن حسنات می شود و امید رفتن به بهشت را تقویت می کند. از این رو، اضطراب ناشی از احساس گناه را بهبود می بخشد. در حدیثی از پیامبر خدا صلی الله علیه و آله آمده است:

«هر کس یک حرف از کتاب خدا را بخواند برایش یک حسنه باشد و هر حسنه ده برابر شود. نگویم «الم» یک حرف [کلمه] است بلکه الف یک حرف است لام

۱- اسراء/۸۲.

۲- یونس/۵۷.

۳- فصّلت/۴۴.

۴- نَوَوی، ج۲، ح ۱/۱۰۲۳.

یک حرف و میم یک حرف».(۱)

ابو اُمامه می گوید: از رسول خدا صلی الله علیه و آله شنیدم که می فرمود:

«قرآن بخوانید؛ زیرا روز قیامت قرآن برای قرآن خوانان شفاعت می کند».(۲)

درحدیثی دیگر از آن بزرگوار آمده است:

«یک سوره از قرآن هست که سی آیه دارد و برای تلاوت کننده اش چندان شفاعت می کند که آمرزیده شود، آن سوره «تبارک الذی بیده الملک» است.(۳)

اَنَس از رسول خدا صلی الله علیه و آله روایت کرده است که فرمود :

«هر کس روزی دویست مرتبه «قل هواللّه احد» را بخواند گناهان پنجاه سال از او پاک شود مگر آن که دَینی برعهده اش باشد».(۴)

او در حدیث دیگری از پیامبر صلی الله علیه و آله روایت کرده است که :

«هر کس چون به بستر رود، بر دست راست بخوابد و صد مرتبه «قل هواللّه احد» را بخواند خدای تعالی در روز قیامت به او گوید: با دست راستت به بهشت درآی».(۵)

این احادیث و مانند آن ها که تأثیر تلاوت قرآن را در آمرزش گناهان و رهایی از دوزخ و رفتن به بهشت یادآور می شوند، نشان می دهند که قرائت قرآن درمان سودمندی برای نجات از اضطراب روانیِ ناشی از احساس گناه است. قرائت قرآن فقط اضطراب ناشی از احساس گناه را درمان نمی کند بلکه همه حالت های اضطراب و تشویش روانی و عقلی را معالجه می کند.

برای مثال، پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله به وسیله قرآن جنون را معالجه کرده. اُبَیّ بن کعب می گوید:

«نزد پیامبر صلی الله علیه و آله بودم که بادیه نشینی آمد و گفت: ای پیامبر خدا، برادری دارم که

۱- نَوَوی، ج۱، ح ۹/۹۹۹.

۲- نَوَوی، ج۱، ۱/۹۹۱.

۳- نَوَوی، ج۱، ۱۱/۱۰۰۱.

۴- شیبانی، ج۱، ص ۲۰۰.

۵- شیبانی، ج۱، ص ۲۰۰.

از درون رنج می برد. حضرت فرمود: چه دردی دارد؟ گفت: جنون حقیقی دارد. حضرت فرمود: او را نزد من بیاور. بادیه نشین برادرش را آورد و جلو حضرت نشاند. پیامبر صلی الله علیه و آله او را با فاتحه الکتاب و چهار آیه اول سوره بقره و این دو آیه: «والهکم اِله واحد و...» و آیه الکرسی و سه آیه آخر سوره بقره و آیه «شهداللّه انّه لا اله الاّ هو...» از آل عمران، و آیه «انّ ربّکم...» از سوره اعراف و آخر سوره مؤمنین «فتعالی اللّه الملک

الحقّ...» وآیه «و انّه تعالی جدّ ربّنا...» از سوره جنّ، و ده آیه اول صافّات، وسه آیه آخر سوره حشر، و «قل هو اللّه احد»، و معوّذتین تعویذ کرد؛ مرد برخاست چنان که گویی هرگز مرضی نداشته است».(۱)

حقیقت آن است که قرآن تنها درمانگر بیماری های روانی و عقلی نیست بلکه بیماری های جسمی را نیز معالجه می کند. از ابو سعید خُدری نقل شده است که گفت:

«گروهی از یاران پیامبر صلی الله علیه و آله به سفر می رفتند و بر قبیله ای از قبایل عرب فرود آمدند و از آن ها خواهش کردند که ایشان را پذیرایی کنند اما آن قبیله حاضر نشدند پذیرایی شان کنند. در همین اثنا رئیس آن قبیله را مار گزید. برای معالجه او دست به هر کاری زدند اما بی فایده بود. یکی از آن ها گفت: خوب است نزد این عده ای که این جا فرود آمده اند بروید شاید از دست یکی از آن ها کاری بر آید. پس، نزد ایشان آمدند و گفتند: ای جماعت، رئیس ما گزیده شده است؛ برای معالجه اش دست به هر کاری زدیم اما فایده نداشت. آیا کسی از شما چیزی برای معالجه اش دارد؟ یکی گفت: آری، من دعا خوانم اما چون از ما پذیرایی نکردید من هم دعا نمی کنم مگر آن که مزدش را به ما بدهید. قرار شد آن ها یک گله گوسفند بدهند. آن مرد، بر رئیس مار گزیده آب دهان می انداخت و الحمدللّه رب العالمین را می خواند. چندی نگذشت که حال او کاملاً خوب شد و برخاست و شروع به راه رفتن کرد. آن قبیله مزد توافق شده را دادند. یکی از مسافران گفت: تقسیم کنید. مرد دعا خوان گفت: این کار را

۱- سعید حوی، الرسول صلی الله علیه و آله، ص ۲۸۱، ۲۸۲.

نکنید تا نزد پیامبر خدا صلی الله علیه و آله رویم و ماجرا را برایش بگوییم و ببینیم حضرت چه دستور می دهد. پس، به نزد پیامبر صلی الله علیه و آلهآمدند و قصه را باز گفتند. حضرت فرمود: از کجا دانستی که آن افسون است. سپس فرمود: پیشنهاد خوبی است، تقسیم کنید».(۱)

ابن ابی شیبه در مُسند خود از عبداللّه بن مسعود روایت کرده است که گفت:

«پیامبر خدا نماز می خواند که در سجده کژدمی آن حضرت را نیش زد. فرمود: خدا لعنت کند کژدم را که به پیامبر و غیر پیامبر رحم نمی کند. سپس ظرف آب نمک

خواست و محل گزیدگی را در آب نمک قرار می داد و قل هو اللّه احد و معوّذیتن را می خواند تا درد آرام گرفت».(۲)

ابن ماجه در سُنَن خود از علی علیه السلام روایت کرده است که رسول خدا صلی الله علیه و آله فرمود: «بهترین دارو قرآن است».(۳)

این حدیث نشانگر آن است که قرآن دوای همه بیماری ها، اعم از روانی و جسمی است.

روان درمانی با دعا

اشاره

دعا نوعی ذکر و عبادت است و همان فضیلت و ثوابی را دارد که ذکر و عبادت دارند. از نعمان بن بشیر روایت شده است که پیامبر خدا صلی الله علیه و آله فرمود:

«دعا همان عبادت است، حضرت سپس این آیه را تلاوت کرد: «پروردگارتان گفت: مرا بخوانید تا پاسختان دهم. کسانی که از عبادت من سرباز می زنند زودا که با خواری به دوزخ در آیند».(۴)

دعا، موجب آسایش روان است و اندوه و نگرانی و اضطراب آن را شفا می بخشد؛ زیرا، دعا کننده به اجابت دعایش از جانب خداوند متعال امیدوار

۱- ابن قیم الجوزیه، الطب النبوی، ص ۱۶۷.

۲- ابن قیم الجوزیه، الطب النبوی، ص ۱۷۱.

۳- ابن ماجه، ج۲، ح۳۵۰۱، ۳۵۳۳.

۴- ناصف، ج۵، ص۱۰۹، آیه ۶۰ از سوره غافر.

است؛ چرا که هم این سخن خداوند را قبول دارد:

«وَاِذَا سَاَلَکَ عِبَادی عَنّی فَاِنّی قَریبٌ اُجیبُ دَعْوَهَ الدَّاعِ اِذَا دَعَانِ...»(۱)

«و هر گاه بندگانم درباره من از تو پرسند، من نزدیکم و دعای دعا کننده را، آن گاه که مرا بخواند، اجابت می کنم».

و هم این سخن پیامبر خدا صلی الله علیه و آله را که:

«خداوند بزرگ و بلند مرتبه شما با حیاست و حیا می کند از این که بنده اش دستانش را به سوی او بلند کند و او را دست خالی برگرداند».(۲)

امید به اجابت دعا از سوی خداوند متعال غم و اندوه مؤمن را تخفیف می دهد و به او نیروی تحمل و صبر می بخشد و احساس آسودگی روانی در وی ایجاد می کند؛ زیرا مؤمن می داند - چون سخن رسول خدا صلی الله علیه و آله را قبول دارد - که وقتی دعا می کند از چند حال خارج نیست: یا خداوند عزّوجل دعایش را مستجاب می کند، یا بلایی را که هنوز نازل نشده است از او دفع می کند، یا برایش در آخرت ثواب ذخیره می کند و یا گناهانش را می آمرزد. بنابراین، در دعا همیشه و در هر حال برای مؤمن خیر و فایده است، در دنیا و یا در آخرت. امیدواری مؤمن به این که بخشی از این خیر و برکت دعا تحقق یابد غم و اندوه او را کاهش می دهد و در او احساس رضایت و آرامش روانی پدید می آورد. از عباده بن صامت روایت شده است که رسول خدا صلی الله علیه و آله فرمود:

«هیچ مسلمانی در روی زمین نیست که به درگاه خدا دعایی کند مگر این که خداوند خواسته اش را به او دهد، یا همانند آن بدی از او دفع کند به شرط آن که برای گناهی یا قطع رحمی دعا نکرده باشد». مردی از میان جمعیت عرض کرد: پس زیاد دعا می کنیم. حضرت فرمود:

۱- بقره/۱۸۶.

۲- ناصف ج۵، ص۱۱۱.

«خدا هم بیش تر اجابت می کند».(۱)

در حدیثی دیگر از آن بزرگوار آمده است:

«دعا برای بلای نازل شده و نازل نشده سودمند است. پس، دعا کنید ای بندگان خدا».(۲)

نیز در حدیثی از آن حضرت می خوانیم:

«هیچ مردی نیست که دعا کند مگر آن که خدا دعایش را مستجاب فرماید، یا در همین دنیا به او می دهد، یا برای آخرتش می اندوزد، و یا به قدر دعایی که کرده است از گناهانش می بخشد، به شرط آن که برای گناهی یا بریدن پیوند خویشاوندی دعا نکرده و یا عجله نورزیده باشد».(۳)

از سلمان روایت شده است که پیامبر خدا صلی الله علیه و آله فرمود:

«قضا [ی الهی] را چیزی جز دعا بر نمی گرداند. وعمر را چیزی جز نیکی کردن زیاد نمی کند».(۴)

پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله به یارانش می آموخت که برای درمان بسیاری از اضطرابات روانی مانند غم و نگرانی و اندوه و بی خوابی و ترسیدن در خواب و فراموشی از دعا کمک بگیرند، که در این جا به چند نمونه اشاره می کنیم:

الف – درمان غم و نگرانی و اندوه با دعا

پیامبر خدا صلی الله علیه و آله برای معالجه غم و نگرانی و اندوه یارانش دعاهای خاصی را به آنان می آموخت و آن ها با خواندن این دعاها شفا می یافتند. برای مثال، عبداللّه بن

مسعود از رسول خدا صلی الله علیه و آله روایت کرده است که فرمود:

«هر کس دچار نگرانی و اندوهی شود و بگوید: اللهم انی عبدک، ابن عبدک، ابن

۱- ناصف، ج۵، ص ۱۱۰.

۲- ناصف، ج۵، ص ۱۱۰.

۳- شیبانی، ج۲، ص ۶۰ – ۶۱.

۴- ناصف، ج۵، ص ۱۱۱.

امتک ناصیتی بیدک، ماضٍ فی حکمک، عدل فیّ قضاؤک، أسألک بکلّ اسم هولک سمیت به نفسک، او علّمته احدا من خلقک، او انزلته فی کتابک، أو استأثرت به فی علم الغیب عندک، أن تجعل القرآن ربیع قلبی و نور صدری و جلاء حزنی و ذهاب

همّی الاّ اذهب اللّه همّه و حزنه، و أبدله مکانه فرحا». به پیامبر خدا صلی الله علیه و آله عرض شد: ای رسول خدا، آیا ما هم این دعا را بیاموزیم؟ فرمود: آری، هر کسی که این را می شنود سزاوار است آن را بیاموزد».(۱)

ابو سعید خُدری می گوید:

روزی رسول خدا صلی الله علیه و آله وارد مسجد شد و مردی از انصار به نام ابو اُمامه را آن جا دید، فرمود: ای ابو امامه، چه شده که در غیر وقت نماز در مسجد نشسته ای؟ ابوامامه گفت: غم و قرض رهایم نمی کند ای رسول خدا. حضرت فرمود: می خواهی جمله ای به تو بیاموزم که هرگاه آن را بگویی خداوند غم و غصّه تو را ببرد و قرضت را ادا کند؟

گفت: آری ای رسول خدا. فرمود: هر صبح و شام بگو: اللهم انّی اعوذبک من الهمّ والحزن واعوذبک من العجز و الکسل، واعوذبک من الجبن والبخل، و اعوذبک من غلبه الدین وقهر الرجال». ابو امامه گوید: من این کار را کردم و خداوند غم و غصّه را بُرد و قرضهایم را ادا کرد».(۲)

در حدیثی دیگر از پیامبر خدا صلی الله علیه و آله آمده است:

«دعا برای رفع غم و اندوه این است: اللهم رحمتک ارجو فلاـ تکلنی الی نفسی طرفه عین، واصلح لی شأنی کلّه، لاـ اله الاّ أنت».(۳)

در حدث دیگری آمده است که :

«دعایی که ذوالنون در شکم ماهی به درگاه پروردگارش کرد این بود: «لا اله

الاّ

۱- احمد، ج۱، ص۳۹۱.

۲- ناصف، ج۵، ص۱۳۸، ۱۳۹؛ شیبانی، ج۲، ص۷۹.

۳- ابن قیم الجوزیه، الطب النبوی، ص ۱۸۶.

اَنت سبحانک انّی کنت من الظالمین» هر مرد مسلمانی این دعا را درباره چیزی بخواند حتما مستجاب می شود». خداوند غمش را می زداید، سخن برادرم

یونس».(۱)

ابن عباس می گوید که رسول خدا صلی الله علیه و آله فرمود :

«هر کس غم و نگرانی هایش بسیار شود، جمله لا حول ولا قوّه الّا باللّه را زیاد بگوید».(۲)

در روایت دیگری از ابن عباس آمده است که پیامبر خدا صلی الله علیه و آله هنگام غم و اندوه می گفت:

«لا اله الاّ اللّه العظیم الحلیم، لا اله الاّ اللّه ربّ العرش العظیم، لا اله الاّ اللّه ربّ السموات و ربّ الارض و ربّ العرش الکریم».(۳)

پیامبر خدا صلی الله علیه و آله زیاد استغفار می کرد و یارانش را نیز به این کار توصیه می فرمود؛ چرا که آمرزش خواهی از خداوند باعث رفع غم و اندوه و نجات از گرفتگی و گشایش در روزی می شود. ابن عباس از رسول خدا صلی الله علیه و آله روایت کرده است که فرمود:

«هر کس پیوسته از خداوند طلب آمرزش کند خداوند برایش راه خروجی از هر تنگنایی قرار دهد و غم و اندوهش را بزداید و از جایی که گمانش را هم نمی برد به او روزی رساند».(۴)

این دعاها و امثال این ها که کتاب های حدیثی روایت کرده اند درمان کننده غم و نگرانی و اندوه هستند؛ زیرا حاوی داروهای روحی سودمندی می باشند که شفای انسان از این قبیل ناراحتی های روانی را تضمین می کنند. ابن قیم جوزی این قبیل احادیث رسول خدا صلی الله علیه و آله را تجزیه و تحلیل کرده و داروهای روحی موجود در آن ها را استخراج کرده و به برخی از آن ها، به شرح زیر، اشاره نموده است:

۱- ابن قیم الجوزیه، الطب النبوی، ص ۱۸۷.

۲- ابن قیم الجوزیه، الطب النبوی، ص ۱۸۸.

۳- ناصف، ج۵، ص۱۲۷.

۴- ابو داود، ج۲، ص۸۵ ح ۱۵۱۸.

۱ – توحید ربوبیت.

۲ – توحید الوهیت.

۳ – توحید علمی – اعتقادی.

۴ – منزّه دانستن خداوند از ستم کردن به بنده اش یا مجازات کردن بی دلیل او.

۵ – اعتراف بنده به مقصّر بودن خویش.

۶ – تقرب جستن به خداوند از طریق محبوب ترین چیزها در نزد او یعنی اسماء و صفاتش به ویژه صفت «حیّ قیوم» که جامع ترین اسماء و صفات الهی هستند.

۷ – پناه بردن به خداوند و نه غیر او.

۸ – اظهار امیدواری به خدا.

۹ – توکل کردن به خدا و سپردن کارها به او و اعتراف به این که زمام اختیارش در دست اوست و او هرگونه بخواهد اداره اش می کند و حکم الهی درباره او مُجراست و هرچه درباره اش حکم کند عادلانه است.

۱۰ – دلش در مرغزار قرآن می چرد و می چَمَد، و در تاریکی های شبهات و شهوات نور قرآن راهنمای اوست، و قرآن در برابر آنچه از دست دهد و در برابر هر مصیبتی تسلّی بخش اوست و بیماری های دلش را به وسیله آن شفا می بخشد، قرآن اندوهش را می زداید و تشویش و نگرانی اش را بهبود می بخشد.

۱۱ – طلب آمرزش و بخشایش از خداوند.

۱۲ – توبه و بازگشت به سوی خدا.

۱۳ – نفی نیرو و توان از خود و دیگران و اثبات آن برای خداوند که منشأ هرگونه نیرو و توانی است.(۱)

ابن قیّم، علاوه بر این داروهای روحی و معنوی، برای درمان تشویش و نگرانی و

اندوه، دو داروی دیگر نیز نام می برد: یکی جهاد و دیگری نماز؛ زیرا در برخی احادیث آمده است که جهاد و نماز در معالجه تشویش و نگرانی و اندوه مؤثرند. ما

۱– ابن قیم الجوزیه، الطب النبوی، ص ۱۸۸ – ۱۸۹.

پیش تر موضوع اهمیّت نماز در درمان اضطراب را بررسی کردیم.

به گفته او، از بزرگ ترین بیماری های دل [یا روان]:«شرک است و گناهان و غفلت و بی توجهی به چیزهایی که محبوب و پسند خدا هستند و نسپاردن کارها به او و بی اعتمادی به خدا و تکیه کردن به غیر او و ناخشنودی از مقدّرات او و شک داشتن در وعده و وعیدهای او. اگر در بیماری های دل دقّت کنی متوجه می شوی که علت آن ها همین چیزها و امثال آن هاست و جز این ها علّت دیگری ندارند. پس، تنها دوای بیماری های دل همان چیزهایی است که در این معالجات نبوی آمده و پادزهر آن بیماری ها می باشند، چرا که هر بیماری با ضدّ بیماری از بین می رود و سلامتی یا مانند آن حفظ می شود. بنابراین، سلامت دل با این فرامین پیامبر صلی الله علیه و آله محفوظ می ماند و بیماری های آن با ضد آن ها از بین می رود».(۱)

ب – درمان بی خوابی و ترسیدن در خواب با دعا

پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله بی خوابی و ترسیدن در خواب را با دعا معالجه کرده است. بُرده می گوید:

«خالد بن ولید مخزومی به پیامبر خدا صلی الله علیه و آله شکایت کرد که شب ها دچار بی خوابی می شوم و خوابم نمی برد. پیامبر صلی الله علیه و آله به او فرمود: هرگاه به رختخوابت رفتی، بگو: اللّهم ربّ السموات السبع وماأظلّت وربّ الارضین و ما اقلّت، وربّ الشیاطین و ما اضلّت، کن لی جارا من شرّ خلقک کلّهم جمیعا أن یَفْرُطَ عَلیَّ أَحَدٌ، أوْ اَنْ یَبْغی عَلیَّ، عَزَّ جارکُ وَ جَلَّ ثَناؤکَ، وَلا اِله غَیْرُکَ، لا إلهَ الاّ أَنْتَ».(۲)

نیز از عمرو بن شعیب از پدرش از جدش روایت شده است که رسول خدا صلی الله علیه و آله فرمود:

«هرگاه کسی از شما خواب ترسناکی دید، بگوید: «أعوذ بکلمات اللّه التّامّات من

۱– ابن قیم الجوزیه، الطب النبوی، ص ۱۸۹ – ۱۹۰.

۲– شیبانی، ج۲، ص۷۵ – ۷۶.

غضبه و عقابه و شرّ عباده و من همزات الشیاطین و ان یحضرون»، در این صورت هرگز از آن خواب گزندی نخواهد دید».(۱)

ج - درمان احساس گناه با دعا و تسبیح گویی

بهترین درمانِ احساس گناه دعا کردن و تسبیح گفتن خداوند متعال، به ویژه در ثلث آخر شب است. مسلم بن حارث تمیمی می گوید:

«پیامبر خدا صلی الله علیه و آله محرمانه به من فرمود: چون نماز مغرب خود را تمام کردی هفت بار بگو: اللّهمَّ أجرنی من النّار. که اگر چنین کردی و همان شب از دنیا رفتی امان از آن برایت نوشته شود. و چون پس از نماز صبح این را گفتی، اگر آن روز از دنیا بروی امان از آتش برایت نوشته شود».(۲)

معاذبن اَنس از رسول خدا صلی الله علیه و آله نقل کرده است که فرمود:

«هر کس چون غذایی خورد بگوید: الحمد للّه الذی اطعمنی هذا الطعام و رزقنیه من غیر حول منّی ولا قوّه غفر له ما تقدّم من ذنبه».(۳)

معاذبن جبل از رسول خدا صلی الله علیه و آله نقل کرده است که فرمود:

«هر کس آخرین جمله اش لا اله الااللّه باشد به بهشت رود».(۴)

انس بن مالک نقل کرده است که پشت سر رسول خدا صلی الله علیه و آله بر اشتر نشسته بود که حضرت به او فرمود: «ای معاذ بن جبل. معاذ گفت: بله ای رسول خدا، امر بفرمایید. - سه بار این جملات ردّ و بدل شد - فرمود: هر کس از صمیم دلش شهادت دهد که معبودی جز خدا نیست و محمد رسول خداست خداوند او را بر آتش حرام گرداند. معاذ گفت؛ ای رسول خدا، اجازه می دهید این خبر را به مردم بدهم تا خوشحال شوند؟ فرمود: در این صورت تنبل می شوند. معاذ برای آن که مرتکب گناهی نشده

تسبیح گویی

۱- ناصف ج۵، ص۱۳۷.

۲- ناصف ج۵، ص۱۰۸.

۳- شیبانی، ج۲، ص۸۲.

۴- ابو داود، ج۳، ح ۳۱۱۶.

باشد، این حدیث را هنگام مرگش نقل کرد».(۱)

عباده بن صامت نیز می گوید که رسول خدا صلی الله علیه و آله فرمود:

«هر کس گواهی دهد که معبودی جز خدا نیست و محمد پیامبر خداست خداوند او را بر آتش حرام گرداند».(۲)

بدون تردید، مسلمانی که بر دعا و نیایش به درگاه خدا و تسبیح او مواظبت می کند، با توجه به این همه حدیث، خواه ناخواه از احساس گناه و اضطراب ناشی از آن رهایی می یابد و امید به عفو و آمرزش الهی وجودش را فرا می گیرد و همین باعث شادمانی و خوشی و آرامش در روان او می شود.

روان درمانی با توبه

یکی از مهم ترین داروها برای درمان احساس گناه، توبه است؛ زیرا خداوند بزرگ به هر گناهکاری، هر چند گناهانش زیاد باشد، وعده آمرزش داده است؛ بنابراین، توبه امید به نجات از عذاب و نیل به آمرزش و خشنودی الهی را در او زنده می کند و در نتیجه، از احساس گناه که موجب اضطراب و بسیاری از آلام روانی می شود، رهایی می یابد. خداوند متعال فرموده است:

«قُلْ یَا عِبَادِیَ الَّذینَ اَسْرَفُوا عَلی اَ نْفُسِهِمْ لاَ تَقْنَطُوا مِنْ رَحْمَهِ اللّه ِاِنَّ اللّه َیَغْفِرُ الذُّنُوبَ جَمیعًا اِنَّهُ هُوَ الْغَفُورُ الرَّحیمُ»(۳)

«بگو: ای بندگان من که بر خویشتن فزونکاری کرده اید، از مِهر خدا نومید نشوید، خداوند گناهان را همگی می آمرزد؛ چه،او آمرزگار مهربان است».

«اِنَّمَا التَّوْبَهُ عَلَی اللّه ِلِلَّذینَ یَعْمَلُونَ السُّوءَ بِجَهَالَهٍ ثُمَّ یَتُوبُونَ مِنْ قَریبٍ فَاُولئِکَ یَتُوبُ اللّه ُعَلَیْهِمْ وَکَانَ اللّه ُعَلیمًا حَکیمًا»(۴)

۱- بخاری، در کتاب العلم، ج۱، ح ۱۲۸.

۲- نَوَوی، ج۱، ح ۴۸۳/۱.

۳- زمر/۵۳.

۴- نساء/۱۷.

«پـذیرفتن توبه بر خـداست تنها برای آنان که بـدی از نادانی کنند و سپس زود توبه کنند، خداوند آنان را می بخشد، خداوند دانا و فرزانه است».

«وَالَّذینَ عَمِلُوا السَّیِّاتِ ثُمَّ تَابُوا مِنْ بَعْدِهَا وَ امَنُوا اِنَّ رَبَّکَ مِنْ بَعْدِهَا لَغَفُورٌ رَحیمٌ»(۱)

«آنان که کارهای بد کردند آن گاه در پی آن توبه نمودند و ایمان آوردند، پروردگارت زان پس آمرزگار و مهربان است».

«وَالَّذینَ اِذَا فَعَلُوا فَاحِشَةً اَوْظَلَمُوا اَ نْفُسَهُمْ ذَکَرُوا اللّه فَاستَغْفَرُوا لِذُنُوبِهِمْ وَمَنْ یَغْفِرُ الذُّنُوبَ اِلَّا اللّه وَلَمْ یُصِرُّوا عَلی مَا فَعَلُوا وَهُمْ یَعْلَمُونَ * اُولئِکَ جَزَاؤُهُمْ مَغْفِرَةٌ مِنْ رَبِّهِمْ وَجَنَّاتٌ تَجْری مِنْ تَحْتِهَا الاَ نْهَارُ خَالِدینَ فیهَا وَنِعْمَ اَجْرُ الْعَامِلینَ»(۲)

«و آنان که چون کاری زشت کننـد، یا بر خود ستم ورزند، یاد خدا می کنند و برای گناهان شان آمرزش جویند - کیست جز خدا که گناهان را آمرزد - و برای آنچه کرده اند پای نفشرند و خود می دانند. آنان مزدشان آمرزشی است از پروردگارشان و پردیس هایی که در آن ها جویبارها روان است و در آن جاویدانند، و چه نیکوست مزد عمل کنندگان».

بسیاری از احادیث هم حکایت از این دارند که توبه گناهان پیش از آن را از بین می برد. برای مثال، عبداللّه بن مسعود روایت کرده است که رسول خدا صلی الله علیه و آله فرمود:

«هر کس بگوید: اَسْتَغْفِرُاللّه الّذی لا اِلهَ اِلاّ هُوَ الْحَیُّ الْقَیّومُ وَاَتُوبُ اِلَیْهِ، گناهانش آمرزیده شود هر چند از میدان جهاد گریخته باشد».(۳)

یکی از عواملی که از شدّت احساس گناه در شـخص مسلمان می کاهد این است که او معتقد است انسان ذاتا موجودی ناتوان است و در معرض خطا و اشتباه می باشـد لیکن مـادام که به گناه و خطای خود اعتراف کنـد و از خداونـد آمرزش طلبـد و به درگاهش توبه نماید دلیلی ندارد که پیوسته با احساس گناه و خطا خودش را

۱- اعراف/۱۵۳.

۲- آل عمران ۱۳۵، ۱۳۶.

۳- نَوَوی، ج۲، ح ۶/۱۸۷۶.

عذاب دهد؛ بلکه باید به عفو و آمرزش خداوند امید فراوان داشته باشد. در حدیثی از رسول گرامی اسلام آمده است:

«سوگند به آن که جانم در دست اوست، اگر گناهی نمی کردید خداوند شما را می برد و مردمانی دیگر را می آورد که گناه کنند و از خدا آمرزش طلبند و او آن ها را

بیامرزد».(۱)

در حدیثی دیگر از آن حضرت که اَنَس روایت کرده آمده است:

«همه آدمی زادگان خطاکارند، و بهترین خطاکاران آنانند که توبه کنند».(۲)

خداوند بزرگ بندگان توبه گر خود را دوست می دارد. او می فرماید:

«اِنَّ اللّه َ یُحِبُّ التَّوّابینَ وَیُحِبُّ الْمُتَطَهِّرین»(۳)

«خدا توبه کنندگان را دوست دارد و پاکیزگان را دوست دارد».

خداوند مهربان از توبه بندگانش شادمان می شود. عبداللّه بن مسعود می گوید: از

رسول خدا صلی الله علیه و آله شنیدم که می فرماید:

«خداوند از توبه بنده مؤمنش شادتر می شود تا شاد شدن مردی که در بیابانی برهوت و مُهلک فرود می آید و شتری دارد و آب و غذایش بار آن شتر است و سرش را می گذارد و می خوابد و چون بیدار می شود می بیند شترش رفته است. در جستجوی آن بر می آید و تشنگی و گرسنگی بر او فشار می آورد و با خود می گوید: به همان مکانی که بودم بر می گردم و می خوابم تا بمیرم و می آید و دستش را زیر سرش می گذارد تا بمیرد ولی بیدار می شود و ناگهان می بیند شترش در کنار اوست و آب و غذایش همچنان بار آن است. آری، خدا از توبه بنده مؤمن شادتر می شود تا شاد شدن این مرد از برگشتن شتر و توشه اش».(۴)

بنابراین، مؤمن باید به پروردگارش حسن ظنّ داشته و به این که خداوند توبه اش

۱- نَوَوی، ج۱، ح ۱۱/۴۲۳.

۲- شیبانی، ج۱، ص۲۱۳؛ ونسنک، ج۲، ص۴۲.

۳- بقره/۲۲۲.

۴- شیبانی، ج۱، ص۲۱۱.

را می پـذیرد و به عفو و آمرزش او نایـل می شود بسـیار امیـدوار باشـد. در این صورت، از احساس گناهش رهایی می یابـد و احساس امنیت و آرامش به او دست می دهد. اَنَس می گوید: از رسول خدا صلی الله علیه و آله شنیدم که می فرماید:

«خدای تعالی فرمود: ای فرزند آدم! تا زمانی که مرا بخوانی و به من امیدوار باشـی همه گناهان تو را می آمرزم و باکی ندارم. ای فرزند آدم! اگر گناهانت سر به آسمان بزند و از من آمرزش بطلبی تو را می آمرزم. ای فرزند آدم! اگر به اندازه همه زمین گناه نزد من آوری و به دیدارم آیی بدون آن که به من شرک ورزیده باشی به همان اندازه آمرزش به تو می دهم.».(۱)

جابربن عبداللّه نیز روایت کرده است که از رسول خدا صلی الله علیه و آله، سه روز پیش از رحلتش، شنید که می فرماید:

«مباداکسی از شما بمیرد مگر آن که به خداوند عزّوجل حسن ظنّ داشته

باشد».(۲)

از آیات و احادیث یاد شده روشن می شود که توبه درمان شفابخشی برای اضطرابِ ناشی از احساس گناه است. اضطراب هم، چنان که می دانیم، خاسـتگاه بیماری روانی است، و هدف روان درمانی که می کوشد به آن دست یابد، در واقع، از بین بردن همین اضطراب و خلاص شدن از عوارض بیماری حاصل از آن است. مکتب های مختلف روان درمانی روش های گوناگونی را برای نجات از اضـطراب به کار می گیرند امّا توبه، چنان که از مطالب گذشته روشن می شود، بهترین روش برای درمان آن است.

والحمدللّه اوّلاً و آخرا

ص:۳۳۶

۱- نَوَوی، ج۱، ح ۳/۴۴۳.

۲- نَوَوی، ج۱، ح ۲/۴۴۲.

منابع عربی

۱ - أ.ی. وِنْسِنْک، وی.ب. مَنْسِنْج، المعجم المفهرس لألفاظ الحدیث النبوی، لیدن، مکتبه

بریل، ۱۹۳۶ - ۱۹۶۹.

۲ - ابن تیمیه، مجموعه فتاوی شیخ الإسلام ابن تیمیه، ج ۱۰، علم السلوک، إشراف الرئاسه العامه لشؤون الحرمین الشریفین، السعودیه، (بی تا).

۳ - ابن سینا، کتاب السیاسه، نشر الأب لویس معلوف الیسوعی، بیروت، المطبعه الکاثولیکیه، ۱۹۱۱.

۴ - ابن قیم الجوزیه: تحفه المودود بأحکام المولود، دمشق: مکتبه دار البیان، ۱۹۷۱.

۵ - ابن قیم الجوزیه: الطب النبویّ، بیروت، دار مکتبه الحیاه، ۱۹۸۵م.

۶ - ابن هشام، السیره النبویه لابن هشام، تحقیق مصطفی السقا وآخرون. بیروت؛ دار إحیاء التراث العربی (بی تا).

۷ - أبوبکر أحمد بن الحسین بن علی البیهقی، السنن الکبری، حیدرآباد الدکن، مطبعه مجلس دائره المعارف العثمانیه، ۱۳۵۴ه .

۸ - أبو حامد محمد بن محمد الغزالی، إحیاء علوم الدین، بیروت، دار المعرفه، (بی تا).

۹ - أبو الحسین مسلم بن الحجاج مسلم القشیری، صحیح مسلم بشرح النووی، القاهره،

المطبعه المصریه و مکتبتها (بی تا).

١٠ – أبو داود سليمان بن الأشعث السجستانى، سنن أبى داود، تحقيق محمد محيى الدين عبد الحميد. بيروت، دارالفكر (بى تا).

١١ – أبو عبدالرحمن أحمد بن شعيب بن على بن بحر النسائى، النسائى. به شرح الحافظ

جلال الدين السيوطى، بيروت، دارالكتاب العربى(بى تا).

١٢ – أبو عبدالله مالك، موطأ الإمام مالك، روايه يحيى بن يحيى الليثى، ط٧، إعداد أحمد راتب عرموش، بيروت، دارالنفائس، ١٩٨٣.

١٣ – أبو عبدالله محمد بن أحمد الأنصارى القرطبى، الجامع لأحكام القرآن، بيروت، دار

الكتاب العربى للطباعه والنشر، ١٩٦٧.

١٤ – أبو عبدالله محمد بن يزيد القزوينى ابن ماجه، سنن ابن ماجه، تحقيق محمد فؤاد عبدالباقى، القاهره، دارالحديث(بى تا).

١٥ – أبو عيسى الترمذى، صحيح الترمذى، بشرح الإمام ابن العربى المالكى، بيروت، دارالكتاب العربى (بى تا).

١٦ – أبوالفضل شهاب الدين أحمد بن على بن محمد العسقلانى، فتح البارى بشرح

صحيح البخارى، القاهره، مكتبه الكليات الأزهريه، ١٩٧٨.

١٧ – أبو القاسم جارالله محمود بن عمر الزمخشرى الخوارزمى، الكشاف فى حقائق التنزيل وعيون الأقاويل فى وجوه التأويل، بيروت، دارالمعرفه (بى تا).

١٨ – أبو محمد عبدالله بن عبدالرحمن الدارمى، سنن الدارمى، تحقيق وتعليق عبدالله هاشم. فيصل آباد، باكستان، نشاط آباد، حديث أكادمى، ١٩٨٤.

١٩ – أبو نصر الفارابى، آراء أهل المدينه الفاضله، القاهره، مكتبه الحسين التجاريه، ١٩٤٩.

٢٠ – أحمد بن حنبل، مسند الإمام أحمد بن حنبل، بيروت، دار صادر (بى تا).

٢١ – إدوارد. ج، موراى، الدافعيه والانفعال، ترجمه أحمد عبدالعزيز سلامه، و مراجعه محمدعثمان نجاتى، بيروت: دار الشروق، ١٩٨٨.

٢٢ – بكرى شيخ أمين، أدب الحديث النبوى، ط٥، بيروت، دارالشروق، ١٩٨١.

٢٣ – البهى الخولى، آدم عليه السلام، فلسفه تقويم الإنسان و خلافته، ط٣، القاهره، مكتبه

وهبه، ۱۹۷۴.

۲۴ – جلال الدين محمد بن أحمد المحلى، وجلال الدينعبدالرحمن بن أبى بكر السيوطى، القرآن الكريم، تفسير الجلالين، بيروت، دارالكتب العربيه (بى تا).

۲۵ – الحافظ عماد الدين أبو الفداء إسماعيل ابن كثير، تفسير القرآن العظيم، القاهره، دار إحياء الكتب العربيه لعيسى البابى الحلبى وشركاه (بى تا)، بيروت، ودارالمعرفه، ۱۹۸۰.

۲۶ – الحافظ محمد بن أحمد بن عثمان الذهبى، السيره النبويه، تحقيق حسام الدين القدسى، بيروت، دارالكتب العلميه، ۱۹۸۱م.

۲۷ – الحافظ المنذرى، مختصر صحيح مسلم، تحقيق ناصرالدين الألبانى، ط۳، بيروت، المكتب الإسلامى، ۱۹۷۷.

۲۸ – حامد زهران، علم نفس النمو، الطفوله والمراهقه، ط۴، القاهره، مكتبه عالم الكتب، ۱۹۷۷.

۲۹ – حامد زهران، الحصه النفسيه والعلاج النفسى، ط۳، القاهره، مكتبه عالم الكتب، ۱۹۷۸.

۳۰ – ديل كارينجى، دع القلق و ابدأ الحياه، ترجمه عبدالمنعم الزيادى، ط۵، القاهره، مكتبه الخانجى، ۱۹۵۶.

۳۱ – ريتشارد شوين، علم الأمراض النفسيه والعقليه، ترجمه أحمد عبدالعزيز سلامه، القاهره، دار النهضه العربيه ۱۹۷۹.

۳۲ – سيجمند فرويد، ثلاث رسائل فى نظره الجنس، ط۳، ترجمه محمد عثمان نجاتى، بيروت، دار الشروق، ۱۹۸۸.

۳۳ – سيجمند فرويد، معالم التحليل النفسى، ط۷، ترجمه محمدعثمان نجاتى، بيروت، دار

الشروق، ۱۹۸۸.

۳۴ – صمويل مغاريوس، مشكلات الصحه النفسيه فى الدول الناميه، القاهره، مكتبه النهضه المصريه (بى تا).

۳۵ – عابد توفیق الهاشمی، مدخل التصور الإسلامی للإنسان والحیاه، عمان، دارالفرقان،

۱۹۸۲.

۳۶ – عباس محمود العقاد، عبقریه عمر، بیروت، دارالکتاب العربی، ۱۹۶۹.

۳۷ – عبدالحمید دیاب، و أحمد قرقور، مع الطب فی القرآن کریم، ط ۲، دمشق، مؤسسه

علوم القرآن، ۱۹۸۲.

۳۸ – عبدالرحمن بن علی المعروف بابن الدیبع الشیبانی، تیسیر الوصول إلی جامع الأصول من حدیث الرسول، صلی الله علیه و آله، بیروت، دارالمعرفه، ۱۹۷۷..

۳۹ – عبدالعزیز القوصی، أسس الصحه النفسیه، ط۷، القاهره، مکتبه النهضه المصریه، ۱۹۶۹.

۴۰ – عبدالعزیز کامل، مع الرسول والمجتمع، فی استقبال القرن الهجری الخامس عشر، الکویت، مؤسسه الصباح، ۱۹۸۰.

۴۱ – عثمان لبیب فراج، أضواء علی الشخصیه والصحه العقلیه، القاهره، مکتبه النهضه المصریه، ۱۹۷۰.

۴۲ – محمد بن سیرین، کتاب تفسیرالأحلام الکبیر، القاهره، مطبعه محمد صبیح وأولاده، ۱۹۶۳.

۴۳ – محمد بن عبدالّله الخطیب التبریزی، مشکاه المصابیح، بیروت، المکتب الإسلامی، ۱۹۸۵.

۴۴ – محمد رأفت سعید، الرسول المعلم ومنهجه فی التعلیم، الریاض، دار الهدی للنشر والتوزیع، ۱۹۸۲.

۴۵ – مصطفی سعید الخِنْ و آخرون، نزهه المتقین، شرح ریاض الصالحین للإمام أبی زکریا

محیی الدین یحیی النووی، ط۷، بیروت، مؤسسه الرساله، ۱۹۸۵.

۴۶ – الشیخ محمد عبده، رساله التوحید، ط۷، القاهره، مطبعه المنار، ۱۳۵۳ه .

۴۷ – محمد عثمان نجاتی، القرآن وعلم النفس، ط ۳، بیروت، دار الشروق، ۱۹۸۷.

۴۸ – محمد عثمان نجاتی، علم النفس الصناعی ط۳، الکویت، مؤسسه الصباح، ۱۹۸۰.

۴۹ – محمد عثمان نجاتی، علم النفس فی حیاتنا الیومیه، ط ۱۲، الکویت، دارالقلم، ۱۹۸۵.

۵۰ – محمد عثمان نجاتی، الإدراک الحسی عند ابن سینا، بحث فی علم النفس عند العرب، ط۳، بیروت، دارالشروق، ۱۹۸۰.

۵۱ – محمد عثمان نجاتی، مفهوم الصحه النفسیه فی القرآن الکریم والحدیث الشریف، الکویت، نشره الطب الإسلامی، العدد الثالث، الأبحاث و أعمال المؤتمر الدولی الثالث عن الطب الإسلامی، مجلد رقم۵، ۱۹۸۴.

۵۲ – محمد علی البار، خلق الإنسان بین الطب والقرآن، ط ۶، جده، الدارالسعودیه للنشر والتوزیع، ۱۹۸۶.

۵۳ – محمد علی البار، الوجیز فی علم الأجنه القرآنی، جده، الدارالعودیه للنشر والتوزیع، ۱۹۷۵.

۵۴ – منصور علی ناصف، التاج الجامع للأصول فی أحادیث الرسول صلی الله علیه و آله، ط۴، القاهره،

دارالفکر، ۱۹۷۵.

۵۵ – محمد عوده، و کمال إبراهیم مرسی، الصحه النفسیه فی ضوء علم النفس والإسلام،

ط۲، الکویت، دارالقلم، ۱۹۸۶.

۵۶ – معوض عوض إبراهیم، الإسلام والأسره، القاهره، دارالنشر للجامعیین (بی تا).

۵۷ – المنتخب فی تفسیر القرآن الکریم، المجلس الأعلی للشؤون الإسلامیه بوزاره الأوقاف

بجمهوریه مصر العربیه، ط۷، ۱۹۷۹.

۵۸ – یوسف القرضاوی، الرسول المعلم، دار الصحوه، ۱۹۸۴.

منابع غیر عربی

۱- Adler, Alfred: Unaerstanding Human Nature. New York: Greenberg Publishers, Inc., ۱۹۲۷.

۲- Atkinson, R.L.; Alkinson, R.C. and Hilgard, E.R. Introduction to Psychology, ۸th ed., New York: Harcourt Brace Jovanovich, Inc,. ۱۹۸۳.

۳- Cannon, W.B. The Wisdom of the Body. New York: Norton, ۱۹۳۲.

۴- Houston, J.P.; Bee, H., Halfied, E. and Rimm, D.C. Invitation to Psychology. New York: The Academic Press Inc, ۱۹۷۹.

۵- Kagan, J.: Havemann, E. and Segal, J. Psychology : An Introduction. New York: Harcourt Brace Jovanovich, Publishers, ۱۹۸۴.

۶- Kimble, G.A.; Garmezy, N. and Segal, J. Psychology: An Introduction. New York: Harcourt Brace Jovanovich, Publishers, ۱۹۸۴.

۷- May, Rollo: The Meaning of Anxiety. New York: The Ronald Press, Co., ۱۹۵۰.

۸- Munn, L.N. Psychology: The Fundamentals of Human Adjustment. Boston: Houghton Mifflen Co., ۱۹۶۱.

۹- Sanford, F.H. and Wrightsman, L.S. Jr. Psychologhy: A scientific study of Man, ۳rd ed., Belmont, California, Brooks, cole publishing Co., ۱۹۷۰.

درباره مرکز

بسمه تعالی

هَلْ يَسْتَوِي الَّذِينَ يَعْلَمُونَ وَالَّذِينَ لَا يَعْلَمُونَ

آیا کسانی که می‌دانند و کسانی که نمی‌دانند یکسانند ؟

سوره زمر/ ۹

مقدمه:

موسسه تحقیقات رایانه ای قائمیه اصفهان، از سال ۱۳۸۵ هـ .ش تحت اشراف حضرت آیت الله حاج سید حسن فقیه امامی (قدس سره الشریف)، با فعالیت خالصانه و شبانه روزی گروهی از نخبگان و فرهیختگان حوزه و دانشگاه، فعالیت خود را در زمینه های مذهبی، فرهنگی و علمی آغاز نموده است.

مرامنامه:

موسسه تحقیقات رایانه ای قائمیه اصفهان در راستای تسهیل و تسریع دسترسی محققین به آثار و ابزار تحقیقاتی در حوزه علوم اسلامی، و با توجه به تعدد و پراکندگی مراکز فعال در این عرصه و منابع متعدد و صعب الوصول، و با نگاهی صرفا علمی و به دور از تعصبات و جریانات اجتماعی، سیاسی، قومی و فردی، بر مبنای اجرای طرحی در قالب « مدیریت آثار تولید شده و انتشار یافته از سوی تمامی مراکز شیعه» تلاش می نماید تا مجموعه ای غنی و سرشار از کتب و مقالات پژوهشی برای متخصصین، و مطالب و مباحثی راهگشا برای فرهیختگان و عموم طبقات مردمی به زبان های مختلف و با فرمت های گوناگون تولید و در فضای مجازی به صورت رایگان در اختیار علاقمندان قرار دهد.

اهداف:

۱.بسط فرهنگ و معارف ناب ثقلین (کتاب الله و اهل البیت علیهم السلام)

۲.تقویت انگیزه عامه مردم بخصوص جوانان نسبت به بررسی دقیق تر مسائل دینی

۳.جایگزین کردن محتوای سودمند به جای مطالب بی محتوا در تلفن های همراه ، تبلت ها، رایانه ها و ...

۴.سرویس دهی به محققین طلاب و دانشجو

۵.گسترش فرهنگ عمومی مطالعه

۶.زمینه سازی جهت تشویق انتشارات و مؤلفین برای دیجیتالی نمودن آثار خود.

سیاست ها:

۱.عمل بر مبنای مجوز های قانونی

۲.ارتباط با مراکز هم سو

۳.پرهیز از موازی کاری

۴.صرفا ارائه محتوای علمی

۵.ذکر منابع نشر

بدیهی است مسئولیت تمامی آثار به عهده ی نویسنده ی آن می باشد .

فعالیت های موسسه :

۱.چاپ و نشر کتاب، جزوه و ماهنامه

۲.برگزاری مسابقات کتابخوانی

۳.تولید نمایشگاه های مجازی: سه بعدی، پانوراما در اماکن مذهبی، گردشگری و...

۴.تولید انیمیشن، بازی های رایانه ای و ...

۵.ایجاد سایت اینترنتی قائمیه به آدرس: www.ghaemiyeh.com

۶.تولید محصولات نمایشی، سخنرانی و...

۷.راه اندازی و پشتیبانی علمی سامانه پاسخ گویی به سوالات شرعی، اخلاقی و اعتقادی

۸.طراحی سیستم های حسابداری، رسانه ساز، موبایل ساز، سامانه خودکار و دستی بلوتوث، وب کیوسک، SMS و...

۹.برگزاری دوره های آموزشی ویژه عموم (مجازی)

۱۰.برگزاری دوره های تربیت مربی (مجازی)

۱۱. تولید هزاران نرم افزار تحقیقاتی قابل اجرا در انواع رایانه، تبلت، تلفن همراه و... در ۸ فرمت جهانی:

۱.JAVA

۲.ANDROID

۳.EPUB

۴.CHM

۵.PDF

۶.HTML

۷.CHM

۸.GHB

و ۴ عدد مارکت با نام بازار کتاب قائمیه نسخه :

۱.ANDROID

۲.IOS

۳.WINDOWS PHONE

۴.WINDOWS

به سه زبان فارسی ، عربی و انگلیسی و قرار دادن بر روی وب سایت موسسه به صورت رایگان .

درپایان :

از مراکز و نهادهایی همچون دفاتر مراجع معظم تقلید و همچنین سازمان ها، نهادها، انتشارات، موسسات، مؤلفین و همه

بزرگوارانی که ما را در دستیابی به این هدف یاری نموده و یا دیتا های خود را در اختیار ما قرار دادند تقدیر و تشکر می نماییم.

آدرس دفتر مرکزی:

اصفهان -خیابان عبدالرزاق - بازارچه حاج محمد جعفر آباده ای - کوچه شهید محمد حسن توکلی -پلاک ۱۲۹/۳۴- طبقه اول

وب سایت: www.ghbook.ir

ایمیل: Info@ghbook.ir

تلفن دفتر مرکزی: ۰۳۱۳۴۴۹۰۱۲۵

دفتر تهران: ۸۸۳۱۸۷۲۲ ـ ۰۲۱

بازرگانی و فروش: ۰۹۱۳۲۰۰۰۱۰۹

امور کاربران: ۰۹۱۳۲۰۰۰۱۰۹